



ほけんだより

国神小保健室発行
No.3 令和3年5月7日

「けんこうカード」を配布しました！

身長・体重・肥満度・視力検査・歯科健診の結果が記入してあります。

お子さんの健康状態を確認していただき、「4」月のところに保護者印をお願いします。



あご？「カクカク・ゴリゴリ」音がしませんか？

先日の歯科健診で歯科校医の葎田先生から、顎関節の状態が気になると指摘された児童が11名いました。口を大きく開閉した時に、耳の穴の前あたりが「カクッ、ゴリッ」と音がします。詳しく検査をしないとわかりませんが、「顎関節症（がくかんせつしょう）」の疑いがあります。

他にこんな症状はありませんか？

- ・口の開け閉めや食べ物を食べる時の顎関節あるいは咀嚼筋の痛み
- ・口が大きく開かなくなる、開きづらくなる



こんな症状も…

頭痛や首、肩、背中、腰の痛みや目、鼻、舌の違和感

原因は1つとは限りません

- ・不良なかみ合わせの状態
- ・精神的なストレス（緊張や不安、気分の落ち込みの持続）
- ・頬杖などの日常生活での癖
- ・歯ぎしりや食いしばり
- ・歯列接触癖のような口腔習癖

令和3年度 国神小身体測定平均値

（埼玉県と全国の平均値は令和元年度のもので、令和2年度は、健康診断を年度前半に実施できなかった学校が多数あり、十分なデータがそろっていないため正式な公表はまだありません。）

		身長 (cm)			体重 (kg)		
		国神小	埼玉県	全国	国神小	埼玉県	全国
男子	1年	118.9	116.9	116.5	22.2	21.6	21.4
	2年	120.8	122.6	122.6	23.4	24.2	24.2
	3年	125.0	128.4	128.1	29.2	27.2	27.3
	4年	130.7	133.2	133.5	29.9	30.7	30.7
	5年	137.2	139.5	139.0	31.7	34.8	34.4
	6年	144.8	144.8	145.2	42.5	38.2	38.7
女子	1年		115.6	115.6		20.8	20.9
	2年	119.8	121.4	121.4	22.5	23.5	23.5
	3年	127.0	127.3	127.3	29.3	26.5	26.5
	4年	133.0	133.7	133.4	31.1	30.4	30.0
	5年	137.9	140.7	140.2	37.5	34.4	34.2
	6年	144.1	146.7	146.6	39.6	39.0	39.0