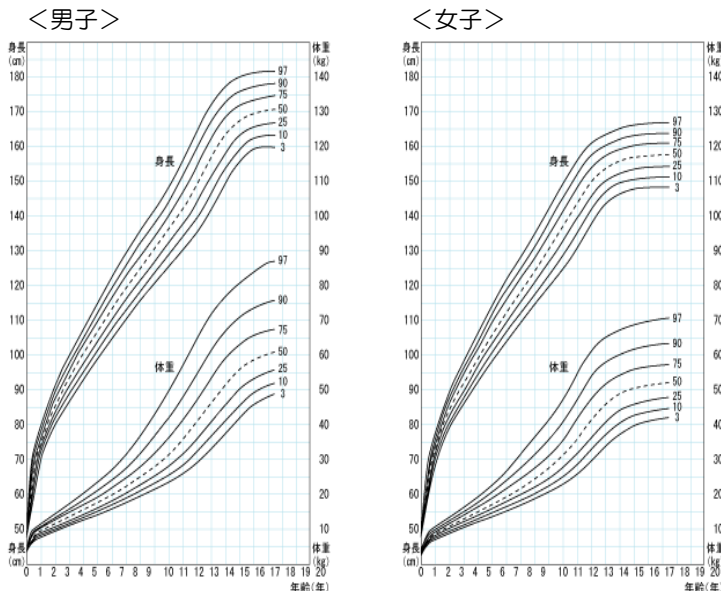




《身体測定特別号》

※表面は保護者の方向け、裏面は児童向けで作成をしています。
お子様と一緒に御確認ください。



*成長曲線とは？

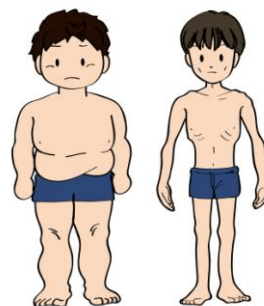
身長と体重を測定した時の年齢をとり、縦軸に身長、あるいは体重の測定値をとって、年齢の数値のところから縦軸方向に、身長、あるいは体重の数値のところから横軸方向に延ばした交点に印をつけて、印を結んだものです。

身長・体重の成長の様子がわかりやすく、また、一人一人の成長特性を評価できるものとされています。

※「すぎなのこ」の最後のページにあるものは“折れ線グラフ”であり、成長曲線とは異なります。

*何がわかるのか。

- ・「肥満」、「やせ」といった栄養状態の傾向
- ・「低身長」、「高身長」
→急速に伸びる身長も、『性早熟症』といった病気である場合があります。
- ・乱れた曲線（急激な成長率の増加・低下）から、『頭蓋咽頭腫』等の腫瘍の発見に繋がった事例もあります。



*成長曲線図の見方

成長曲線図上には身長・体重それぞれに7本の基準線があります。上から97、90、75、50、25、10、3の値を意味しており、「パーセンタイル」と呼ばれます。この3～97パーセンタイルの間を正常範囲（正常な発育状態）としています。

簡単に説明をすると、3パーセンタイルの線にある子は100人中前から3番目、90パーセンタイルの子は後ろから10番目に当たる身長・体重であるということになります。

数値が大きい、小さいから良いというわけではなく、“いずれかの線に沿って成長している”という点が重要です。基準線をまたいで一気に上向き、下向きになった場合には、何らかの病的原因があると考えられます。



どのお子様も大体いずれかの基準線に沿って成長しているかと思えます。その基準線が、その子の“成長の仕方”、“成長特性”ということです。

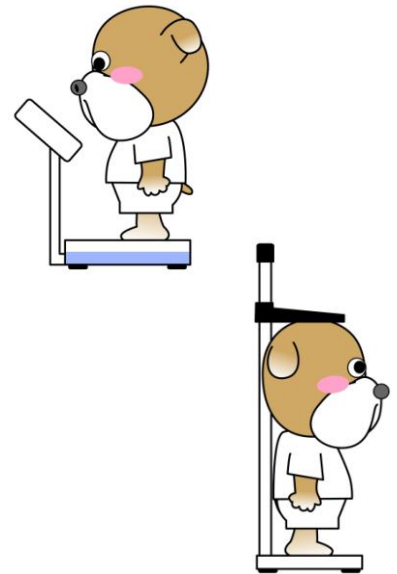
私の手元には、より詳しい資料もあります。お子様の成長曲線を見て、気になる点がありましたらお気軽に御相談ください。

※成長曲線図は御家庭で保管・処分をお願いいたします。封筒のみ学校に返却してください。
(保管・処分については御家庭の御判断にお任せいたします。)

～なぜ9月にも身体測定を行うの？～

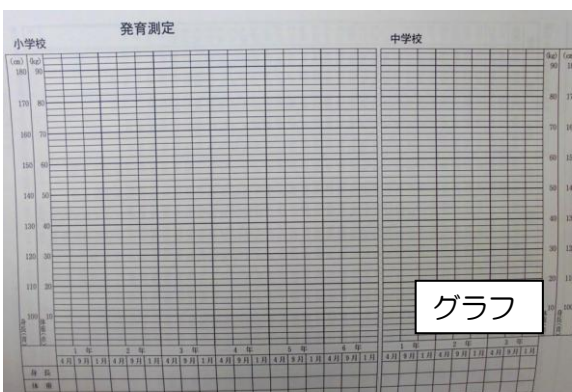
みなさんは、心も体も毎日成長しています。成長期であるみなさんの“成長の記録”として、1年に3回、身長と体重をはかります。「4月にもはかったばかりじゃん！」と思う人もいるかもしれませんが、でも、9月の身体測定にも意味があり、4月からの5か月間の心と体の成長や、夏休み期間の過ごし方を知ることができます。

身長と体重をはかるのに、先生が「心の成長もわかる」と言っている理由は、「心の健康」が、体の成長にもえいきょうを与えることがあるからです。



心の調子を知るためにも、身体測定は大切なものです。今日、みなさんに「すぎなのこ」と「成長曲線図」をわたしました。おうちの人と一緒に、4月から、または、1年前からどのくらい成長したかを確認してみましょう。

～「すぎなのこ」のグラフを自分で書いてみよう！～



「すぎなのこ」の1番うしろにある折れ線グラフに、自分で印をつけて線でむすんでみましょう！
※1～3年生は、おうちの人に手伝ってもらいましょう。
※4～6年生は、自分で書いてみましょう！



身体測定は自分の成長の様子を知る機会です。

がんばってグラフ作りにチャレンジしてみてください！