

すまいる

NO.2

令和8年4月14日発行

和琴小学校 保健室

養護教諭 荻野 真花

けんこうしんだん 健康診断 おしらせ

4月15日(水) 3時間目(全員)

- ・二計測(保健室)
- ・視力(ミーティングルーム)
- ・聴力(高学年教室)

学校の先生たちが
検査をします!

どのような検査が知っておくと安心ですね。

このすまいるをよく読んで、安心して受けられるように準備をしましょう。

二計測

〈発育の状態を調べます〉

身長

- ①肩の力をぬいて、腕をまっすぐ下ろします
- ②背中、おしり、かかとが柱にくるように立ちます
- ③あごをひいて、まっすぐ前を向きます



体重

- ①体重計の真ん中に静かに乗ります
- ②体重計の上では体を動かさず、じっと待ちます



〈気をつけること〉

- ・かみの毛を結ぶときは、横で結びましょう
- ・脱いだり着たりしやすい服を着てきましょう
- ・Tシャツ、短パンで検査するので、着てくるか学校で着替えられるように持ってきましょう

視力検査

〈目の見え方を調べます〉

- ①右目から検査します
- ②両目をあけたままCの穴があいている方向をこたえます
- ③見えにくいときは「わかりません」と言ってください
- ④同じように左目を検査します



聴力検査

〈耳の聞こえを調べます〉

- ①はじめに右耳にレシーバーを当てます
- ②音が聞こえたら、ボタンを押します
- ③同じように左耳を検査します



保護者の方へ

明日、二計測・視力・聴力の検査を行います。記載の通り、服装や髪型などのご協力をお願いします。検査結果は、のちに黒ファイルで配付しますので、ご確認ください。



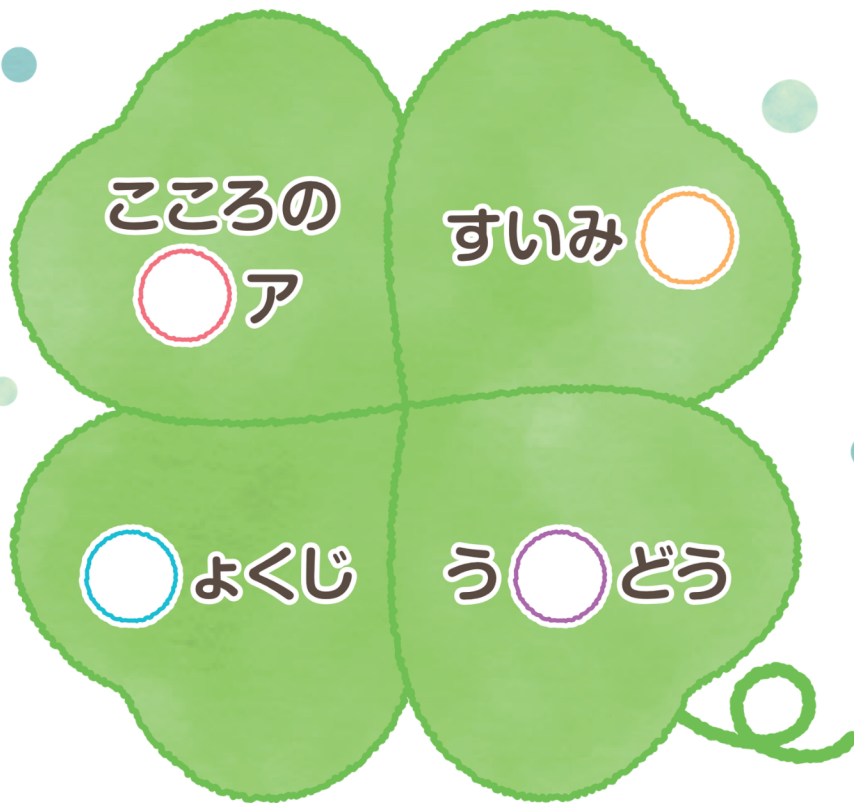


よつば 四葉のクローバー

をつくらう

○ ○ ○ ○ にはいもじなに
 つなげて読んでみよう。

ヒント どれもみなさんが健康に過ごすために大切なことですよ。



楽しい学校生活のために

4つ全部がそろってクローバーになっていま
 すね。心と体はつながっていて、心に元気が
 ないと体がしんどくなったり、体が元気でな
 いと気分が落ち込んでしまいます。よく履て、
 遊ぶこと。そして自分の気持ちを大切にす
 ること。笑顔で楽しく学校生活を送るためのひ
 っかけです。

健康診断が
 みなさんが健康かどうか、喉調に大きくなっているかを確かめるために行う、「健康
 診断」がもうすぐはじまります。自分の体に注目してみましょう。

市な穴うめクイズチャレンジ

ふん しん ぽん