

進級・入学おめでとう



入学・進級おめでとうございます。新しいクラス、新しい友だち、新しい先生…。学校中が新鮮な感じがしますね。

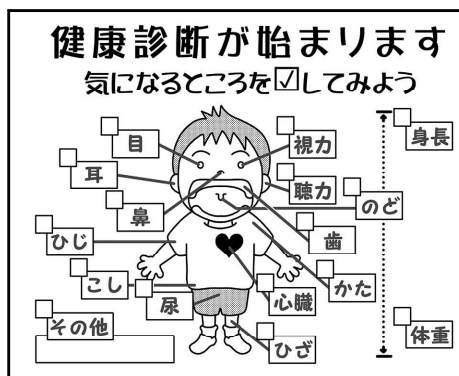
保健室ではみなさんの学校生活の健康面でのお手伝いをします。また「健康タイムズ」では皆さんに知ってほしい体や心の健康についての情報や連絡などをのせていきます。感想などを聞かせてください。

◇ 健康診断が始まります

《健康診断の目的》

- ①自分のからだや健康に関心を持つ
- ②発育やからだのはたらきの様子を調べる
- ③自分では気づきにくい病気にかかっていないかどうかを調べる

健康診断を、自分のからだについて知るだけでなく、健康な生活を送るためのよりよい習慣をつけるために生かしてほしいと思います。



【項目】 身体測定・視力検査・聴力検査、尿検査、内科検診、歯科検診、眼科検診、耳鼻科検診（1・3年）、心臓検診（1年）

	測定	視力	聴力	尿	内科	歯科	眼科	耳鼻	心臓
1	4/9	4/9	4/9	4/11	4/17・4/24	5/30・6/20	4/16	5/7	5/20
2	//	//	/	//	6/7	5/30	//	/	/
3	//	//	4/9	//	4/15	6/13	//	5/21	/

《健康診断のやくそく》



①測定や検診の結果は大切な個人の情報です。友だちの結果をのぞいたり、無理に聞いたりすることはやめましょう。

②成長のしかたには個人差があります。また体格も個性です。人と比べて背が高いとか体重の差があっても心配はいりません。大事なものは身長と体重がバランス良く成長しているかどうかです。

《健康診断でお世話になる先生》

- 〈内科〉
 桜台子どもクリニック 有賀先生
 須藤 医院 須藤先生
 山田内科胃腸科 山田先生
- 〈歯科〉
 大野 歯科 大野先生
 ハマダ 歯科 浜田先生
- 〈耳鼻科〉
 東海大学病院 関根先生
- 〈眼科〉
 根崎 医院 根崎先生

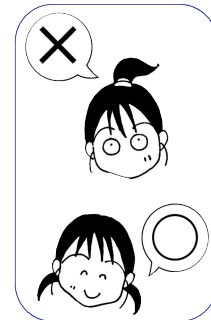
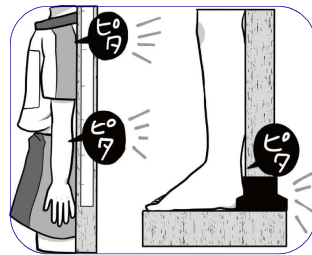
◇ 9日は 身体計測・視力検査・聴力検査 です

- ★ 測定・検査は生活服（ジャージ上下）、裸足で行います。靴下は教室で脱いできてください。
- ★ 体育館履きは使いません。上履きはクラスでまとめて体育館の入り口付近に置いてください。
- ★ クラスごとに男女別にまとまって移動します。移動や待ち時間には、他学年や聴力検査（1階の4カ所）の邪魔にならないように、静かにしてください。



身体測定

(体育館)

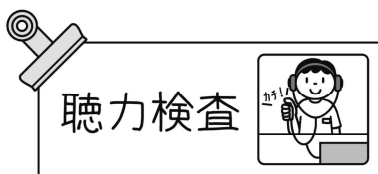
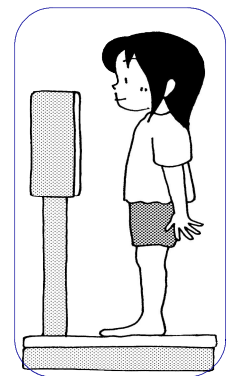


《身長》

- ・ 柱にかかと、お尻、背中を付けてあごを引いて立つ
足はかかとを付けて「ハの字」に開く
- ・ 女子は髪型に注意 後ろや上で結ばない

《体重》

- ・ 上下ジャージを着たまま（800グラム引きます）
- ・ 真ん中に静かにのる



聴力検査

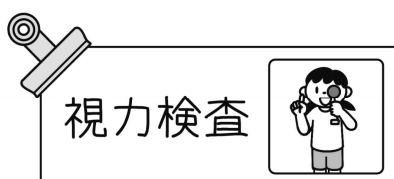
(1・3年)



男子) 保健室、PC教室 次のクラスは 昇降口で待つ
女子) 少人数教室(104)、調理室 次のクラスは 金工室手前で待つ

※体育館側の渡り廊下(保冷庫前のすのこ)はなるべく通らない

- ・ 右の耳から始める ・ 音は2種類
- ・ レシーバーを耳に当て、音が聞こえている間はスイッチを押し続け、聞こえなくなったら離す
- ・ 静かでないと検査ができないので、周りの人は音を立てない(ひそひそ話も×)



視力検査

(教室)

- ・ 右の目から始める。(左目から手で隠す)
- ・ 眼球を押さえつけないように、手をおわん型にして目にかぶせる。
- ・ 目を細めないように見る。
- ・ 右、下、左、右、と言葉で答える
- ・ メガネ、コンタクトを使っている人はつけて測る