

ほけんだより

4月

令和6年4月9日

せいわにししょうがっこうほけんしつ
成和西小学校保健室

No.2

4月～6月は、健康診断がたくさんあります！ところで、どうして健康診断をするか知っていますか…？4月の、保健目標にもありますが、自分の体を知るためです。

- 自分が成長しているか（健康かどうか）知るため
- 自分の健康についての問題や病気の可能性を見つけるため
- これからの健康を生活にするため

健康診断は、授業の一環です！
健康について、学びましょう！

ほかに、検診はたくさんあるので、日程が近づいたら、お知らせしていきます！

4月10日(水) 1・2限目

発育測定

持ち物…体操服

身長

- ☞ あごをひいてまっすぐ前を見る
- ☞ 背すじを伸ばす



体重

- ☞ いきおいよく体重計に乗らない
- ☞ 計測が終わるまで動かずに待つ



4/10(水)は、頭の上でかみの毛をくくらないようにしましょう。



4/11(木)は、めがねをふだんかけている人は持ってきましょう。

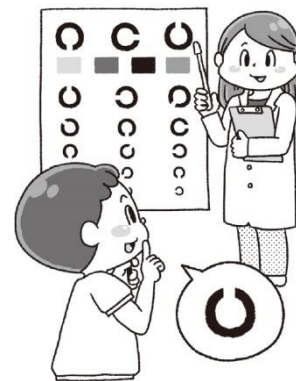
4月11日(木) 1～4限目

視力検査

【受け方】

持ち物…めがね(持っている人)

1. 正しい位置に立つ。
2. 左目をしゃ眼鏡でかくし、右目から測る。
(このとき左目は開いたまま)
3. 先生の示したランドルト環の、切れ目のある方向を答える。
4. 左目も同じように測る。



4月12日(金)1~4限目 ^{けんめ} ^{ちゅういよくけんさ}
聴力検査

【^う ^{かた}受け方】

1. レシーバーを^{みぎみみ}右耳にあて、^{おと}音が聞こえたら^おボタンを押す。
2. ^{ひだりみみ}左耳も同じようにする。

※^{ちい} ^{おと}とても小さな音なので、^{しず}静かにしましょう。



^{けんこうしんだん} ^{やくそく}
健康診断の約束



あいさつをする



^{ひと} ^{けっか}人の結果をのぞかない



^{しず} ^ま静かに待つ

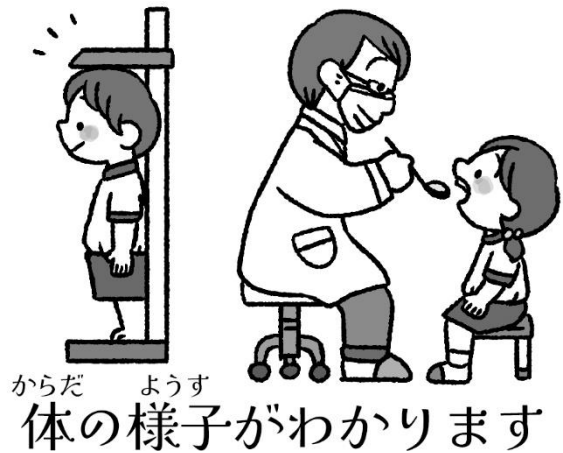
^{けんこうしんだん}
健康診断
^{まえ} ^し前の日のやくそく



^{からだ} ^{せいけつ}体を清潔に

^{しつかり} ^{すいみん}しっかり睡眠

^{けんこうしんだん}
健康診断で



^{からだ} ^{ようす}体の様子がわかります

おうちの方へ

今年度から、『健康手帳』が新しくなり、小学校から中学校までの9年間使用するファイル形式の『健康の記録』に変わります。それに伴い、お知らせ文書の通知の仕方が変更になります。ご承知おきください。

詳細は、後日お知らせします。