

ほけんだより

4月

令和7年4月8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。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

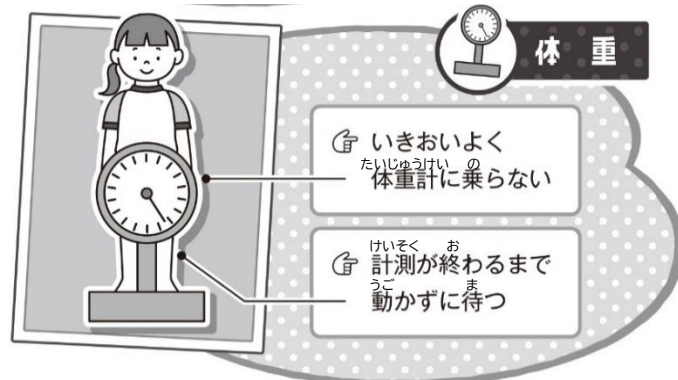
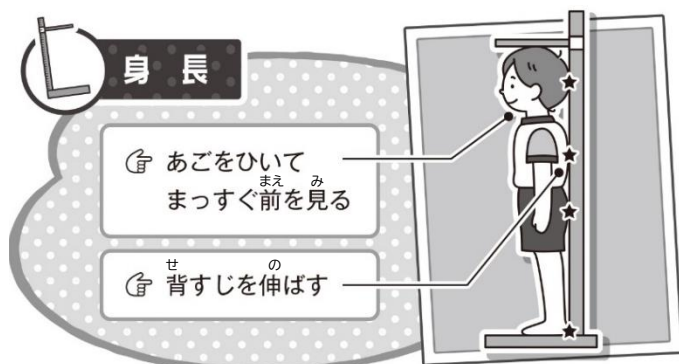
健康診断は、授業の一環です！
健康について、学びましょう！

ほかにも、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9日(水) 1・2限目

はついくそくてい
発育測定

もちもの…体操服



4/9(水)は、
頭の上でかみの毛を
くくらないようにし
ましょう。



4/10(木)は、
めがねをふだんかけ
ている人は持ってきて
しましょう。

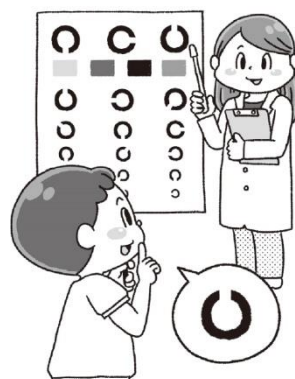
4月10日(木) 1～4限目

しりょくけんさ
視力検査

【受け方】

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。

もちもの…めがね(持っている人)



4月11日(金)1～4限目

聴力検査

【受け方】

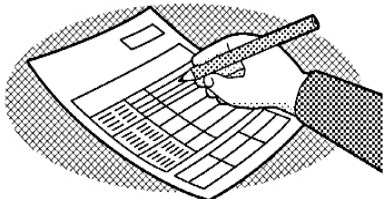
1. レシーバーを右耳にあて、音が聞こえたらボタンを押す。
2. 左耳も同じようにする。

※とても小さな音なので、静かにしましょう。

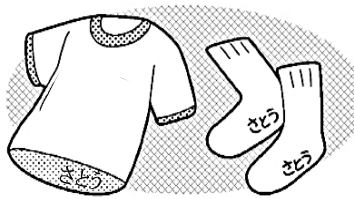


健康診断が始まります

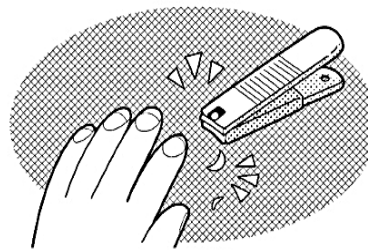
問診票等は期日までに提出
してください



体操着類には名前の記入を
してください



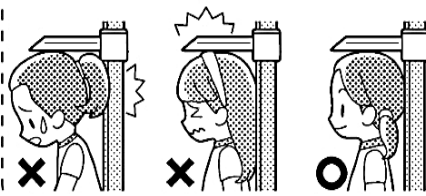
つめは切っておきましょう



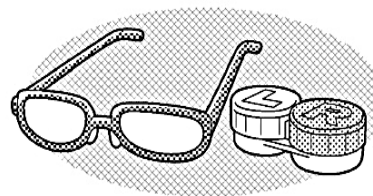
清潔にしておきましょう



かみの毛が長い場合は結んでく
ださい(頭頂部や後ろでは結ばない)



眼鏡やコンタクトレンズをして
いる人は持ってきてください



健康診断の約束

☆学校医の先生にあいさつしよう



学校医の先生は、いつもみんなの健康をサポート
してくれています。じぶんの順番になったら、
学校医の先生に「おねがいします」と言いましょ
う。

☆まっているときはしゃべらない



学校医の先生は、みんなの心臓や呼吸の音など、
とても小さい音を聞いてくれています。まっている
ひとたちの声で、大切な音が聞こえないとこまるので、
しずかにまちましょう。