

ほけんだより


令和5(2023)年4月
第六中学校 保健室



新しい1年がスタートしました！
みなさんが元気に学校生活を送ることができ
るようにサポートしていきます。
よろしくお願いします。



4月の保健行事予定

日(曜日)	検査名	対象学年・クラス	注意事項
12日(水)	一次検尿 (1回目提出日)	全員	ショートホームルーム時にクラス で集めます この日に提出できなかった人は 27日(木) に提出
19日(水)	心臓一次検診 13:30~	1年生	服装:半袖体操服上下 昼休みの間に着替えておく
21日(金)	内科検診 13:30~	2年生 1・2・3・4組	服装:半袖体操服(上のみ)
25日(火)	内科検診 14:00~	1年生 1・2・3組	昼休みの 間に着替え ておく
27日(木)	内科検診 13:30~	3年生1・2・3組 2年生5組	
	一次検尿 (2回目提出日)	ショートホームルーム時にクラスで集めます 1回目提出できなかった人が、この日に提出	
28日(金)	内科検診 13:30~	1年生4組 3年生4・5組	服装:半袖体操服(上のみ) 昼休みの間に着替えておく

朝の健康観察のお願い

登校前には、各ご家庭でお子様の健康観察(検温や健康状態の確認)をしていただき、心身の状況に合わせて無理のない登校をお願いいたします。

4月11日(火)は身体測定と視力・聴力検査があります

11日(火)は身体測定があります。体がどれくらい成長しているのかを調べます。この日のために朝食を抜いたりしてこないでくださいね。体重が軽いから良いとか、身長が高いから良いなどそんなことはありません。身長が高い人もいれば、低い人もいます。体重が重い人もいれば、軽い人もいます。みんながみんな同じ成長をするわけではありません。友だちの身長や体重を聞いたり、小さい・大きいなどを言う必要はありません。悪気がなくても言われた本人は嫌な気持ちになるかもしれません。体と心の成長は個人差があることを知っておいてくださいね。

身長



*背筋を伸ばして、背中・おしり・かかとを身長計に付けて正面を見る
*目と耳の位置がほぼ真つすぐになるように軽くあごを引く

※髪の毛を結んでくる人へ※
おだんごやポニーテールだとちゃんと測定ができないので、横で二つ結びをするなど、工夫をしてきてください。

体重

*体重計の中央に立ち、動かずにじっとしておく

※乗り降りするとき※
静かに乗って、静かに降りるように注意してください。



視力



*視標の空いている部分はどこか「上」「下」「左」「右」4方向で答える

※注意すること※
前かがみになったり、目を細めてみたりすることは正しい測定の仕方ではありません。よく見えない場合には「わかりません」と答えましょう。



聴力



1・3年生が検査を行います。
※2年生はありません。

※注意すること※
周囲がうるさいと小さな音が聞こえにくくなり、正しく検査ができないので、待っている人は静かにしましょう。

*音が聞こえている間、ボタンを押し続ける(2種類の音が流れる)

