

保健だより

2022年4月13日
山花小中学校 保健室

春の健康診断が始まります！



新年度がはじめてから、あっというまに1週間がすぎました。そろそろ体につかれがたまりやすくなるので、毎日しっかりとご飯を食べて、しっかり眠って、体力を回復してくださいね！
金曜日から「春の健康診断」が始まります。
たくさんの検査を行うので、保健だよりで「なにをやるのか」「なんのためにやるのか」確認をお願いしますね！

「健康診断」ってなにをやるの？



「健康診断」ってなんのためにやるの？

学校の健康診断では「**発育測定（身長・体重）**」「**視力検査**」「**聴力検査**」「**内科検診**」「**耳鼻科検診**」「**歯科検診**」「**尿検査**」「**心臓検診**」を行います！

大人になると他にも「**血液検査**」や「**がん検査**」など色々な検査が増えますよ！



健康診断は「**みなさんの体が大きくなっているか**」「**病気がかかっているか**」を調べるために1年に1回から2回、行います。

自分の体が去年よりも大きくなっているかなど、しっかりチェックしましょう！

～ 春の健康診断日程 ～

発育測定・視力・聴力	4月15日(金)	眼科検診	5月17日(火)
尿検査	4月26日(火)	歯科検診	5月20日(金)
内科検診	4月28日(木)	耳鼻科検診	6月22日(水)
心臓検診 (小1・4・中1)	4月28日(木)		

発育測定について

はついくそくてい しんちよう たいじゅう そくてい おなじじかん
発育測定では「身長」「体重」を測定します。また、同じ時間に、
しりよく もの み ちから ちょうりよく おと き ちから そくてい
「視力（物を見る力）」と「聴力（音を聴く力）」も測定します。



【身長測定】

しんちようそくてい
「身長計」に「しずかに」のつて、「あたま」と「おしり」「かかと」を身長計に
ピタッとくっつけてくださいね。

かみ ながいひと おだんご へんこ あたま ひく いち むす
※髪の長い人は、「お団子むすび」や「あみ込み」にせず、頭の低い位置で結んでください。



【体重測定】

たいじゅうけい かたあし しず の
体重計に片足ずつ、静かに乗って、
うご 動かないでじっとしてくださいね。

【聴力検査】

みみ
「みぎ耳」にイヤホンを当てて、音が聞こえたときに、
て 手に持っているボタンを押します。

みみ けんさ
「みぎ耳」のあとは「ひだり耳」を検査します。

【視力測定】

さいしょ
最初に、「ひだり目」をかくして、「黒いわっか」のどこが「切れているか」答えてください。

ひだりめ つぎは「みぎ目」をかくして、もう1回行います。※メガネを持っている人は忘れずに！



服装について

はついくそくてい はん たん すあし おこな
発育測定は「半そで・短パン・素足」で行います。ぬいだり、きたりしやすいように、

まえひらき ふく き ちゅうがくせい どうこう ねが
「前開き」の服を着てきてくださいね。中学生はジャージ登校をお願いします！

いどう じゅんぱん ま とき うわぎ き もんだい しんちようたいじゅうそくてい とき
※移動・順番待ちの時に上着を着ても問題ありません。身長体重測定の時だけ、

はん そで たん
半そで短パンになってください。(Tシャツの下にアンダーシャツなど着るのもOKです。)



○発育測定の日、学校をお休みしてしまった場合、別の日の休み時間などで測定を行います。

○健康診断について不安なことや、わからないことがある時は、いつでも先生に聞いてくださいね。

保護者の方へ

新年度早々の記入物や掛金納入にご協力いただきありがとうございました。

現在、小学3年生以上ではクロームブックでの健康調査入力を行っています。登校後、毎朝の検温結果等を入力する流れになっていますので、起床後の検温や、時間に余裕を持って子ども達が登校できるよう、ご理解ご協力をよろしくお願い致します。

また、新型コロナウイルスに関わって、ご家庭でなにかあった場合、学校へご連絡していただくことも併せて、ご協力よろしくお願い致します。