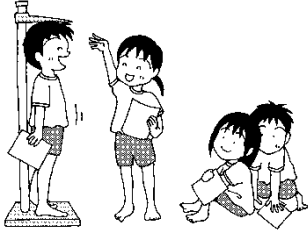


ほけんだより「スマイル」



2020/6/22 白山市立広陽小学校 保健室



身体計測 はじまります

以下の日程で、身長・体重・視力・聴力を測ります。（6年生は聴力検査をしません。）

	1 限	2 限	3 限	4 限
6/24 (水)	6 年 2 組		6 年 3 組	6 年 1 組
6/25 (木)	5 年 1 組		5 年 2 組	
6/26 (金)	4 年 1 組		4 年 3 組	
6/29 (月)	2 年 3 組		3 年 1 組	
6/30 (火)	3 年 2 組		3 年 3 組	
7/ 1 (水)	2 年 1 組		2 年 2 組	
7/ 2 (木)	4 年 2 組		1 年 1 組	
7/ 3 (金)	1 年 2 組		1 年 3 組	

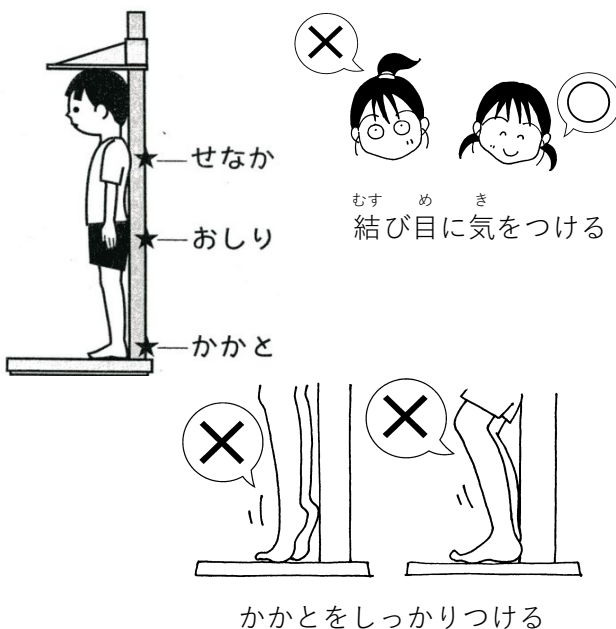
* クラスごとに計測します。

* メガネを持っている人は、忘れずに持ってきてください。

* 髪の毛の結び目に気をつけます。
(頭の上や後ろは×)

* お休みしたときは、別の日に、保健室で計測します。

身長：からだの長さの計測



体重：からだの重さの計測



学校が再開して3週間が経ちました。朝の冷え込み、日中の気温や湿度の高さもあって、体調を崩すお子さまが、ちらほらみられます。早めに寝てからだを休め、しっかり朝食を食べて登校させてあげてください。なお、朝から体調のすぐれないときは、無理をしないでご家庭で休養し、体調によっては医療機関を受診してください。

視力検査：ものを見る力の検査

【調べ方】

- ①左右の目を片方ずつ調べる。
- ②床に貼ったテープの位置に立つ。
- ③両目をあけたまま片方の目を遮眼器（黒いしゃもじのようなもの）で隠す。
- ④ランドルト環（黒い輪っか）の切れ目がある方向を答える。

【注意すること】

- ①はっきりと答える。
わからないときは「わかりません」と言う。
- ②メガネを持っている人は、眼鏡を忘れずに持ってくる。



A: 視力 1.0 以上
勉強や運動するのに十分な視力です（※）。

B: 視力 0.9 ~ 0.7
日常生活には支障はありませんが、近視・遠視・乱視などのうたがいがあります。

C: 視力 0.6 ~ 0.3
眼科で詳しく検査する必要があります。

D: 視力 0.3 未満
メガネが必要です。眼科で検査を受け、先生の指示にしたがいましょう。

※ただし遠視などで矯正が必要な場合もあります

聴力検査：ものを聞く力の検査

【調べ方】

- ①オージオメーターという、音を出す機械を使って調べる。
- ②レシーバーを耳に当てる。
- ③「ピー」という音が聞こえたら手をあげ、聞こえなくなったら手をおろす。
- ④左右とも同じように調べる。

【注意すること】

- ①レシーバーからの音はとても小さいので、待っているときは静かに待つ。
- ②耳がしっかり出るように、髪の毛の長い人は耳にかけるか髪を結ぶ。

