



# 定期健康診断が始まります



R2.4.8 能都中学校 ほけんしつ

いよいよ健康診断が始まります。健康診断はみんなの成長具合や体の異常がないかを探す大事な検査です。測定や検査のときは、自分は今どんな状態なのかを静かに聞いて待ちましょう。

## 健康診断その1：身体測定について

日時：4月8日(水) 4限目

各自、記録用紙を持参し、結果は測定担当の先生に記入してもらいます。担任の先生の指示をしっかりと聞いて行動しましょう。

### ●二測定

(第1体育館)

全員測定

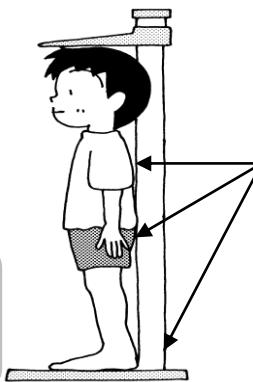
服装は  
短パン  
半そで  
はだし

### 身長・体重

(同時に測定します)

どのくらい発育  
しているかを知  
る一番の目安。

体重が急に増えた  
り、減っていたりし  
たら注意信号！



せなか・お尻・かかとがきちんと  
柱につくようにします。  
肩の力をぬいて腕はまっすぐ下に。

### ●視力

(第1体育館)

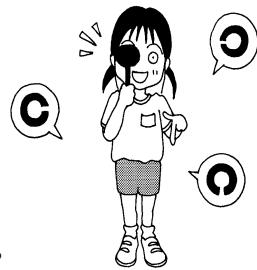
全員測定

服装は  
長袖・長ズボンの  
体操服

### 視力

●ものを見る力がどのくらいあるかを調べます。

- 授業中だけめがねを使っている人もめがねを必ず持ってきてください。
- 視力表から5メートル離れたラインから測定します。
- 両眼は開けたままにし、細めないようにします。
- はじめは右眼から測定します。
- 普段「コンタクトレンズ」「めがね」を使っている人はそのまま測定します。
- 「コンタクトレンズ」の人は、測定の先生に言ってください。



### ●聴力

1年・3年

男子

} (音楽室)

1年・3年

女子

} (放送室)

1・3年生  
測定

服装は  
長袖・長ズボンの  
体操服

### 聴力

●音を聞く力が十分にあるかどうかを調べます。

- とても小さな音を聞く検査なので、待っている人は静かにしましょう。
- はじめは、右耳から検査をします。



男子は  
2人一度に検査をします。