



# 保健だより

2024年4月9日 中茶安別小中学校保健室



## あしたから健康診断がスタートします！

あした、10日からいろいろな健康診断がスタートします。

「なんのために健康診断をするのか」「どうやって受けるのか」

「自分は受けるのか」しっかりと確認してくださいね～！

## ☆ 健康診断とは・・・ ☆

みなさんは、「健康診断」ときくと、こんなことをおもうんじゃないでしょうか…？

この機会に、健康診断はなんのためにやるのかなどをしっかりと理解してみましょう！

「健康診断」って  
なんのために？

「健康診断」ってなに？

どの検査を受けるの？

どんなことをやるの？



学校でおこなう健康診断は、「スクリーニング」のためにおこないます。

「スクリーニング」とは、「かくれているかもしれない病気をみつけることです。」



健康診断は、体のそとがわにわるいところはないか、  
体のなかにはわるいところはないかを調べることが目的です。

学年によって、「うける検査」「うけない検査」があります。

また、全員、毎年うける検査もあります。

## ☆ 4月10日(水) 身体測定 ☆

身体測定は、「身長・体重・視力・聴力」を検査します。

「体が成長しているかな？」「目や耳がわるくなっていないかな？」  
ということをしらべます。

体格・成長は人それぞれ



比較はNGです

- 服装 「シャツ・ハーフパンツ・素足」  
※ 中学生はジャージ登校です。
- もちもの めがね（めがねをかけている人）  
「身体測定記録カード」（学校で配布します）
- 注意 髪はお団子にしないこと！今日の夜は、  
「入浴」「耳掃除」をすること！

## 【身長測定】

身長計に「しずかに」のって、「頭」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。



## 【体重測定】

体重計に「しずかに」のって、うごかないようにじっとしてくだ  
さい。



## 【聴力検査】

「耳」にイヤホンをあてて、音が聞こえたときに、ボタンを押します。  
「みぎ耳」のあと「ひだり耳」を検査します。

## 【視力測定】

「ひだり目」をかくして、「黒いわっか」のどこが「きれているか」を  
答えてください。ひだり目のつぎは、「みぎ目」をかくします。

※ お休みの人は、ちがう日の休み時間などでおこないます。

