

保健だより

令和3年4月8日
中野区立明和中学校
保健室
身体計測号



明日(4/9)は、身体計測・検査です!

◇場所…体育館

◇時間…1~4校時(1A→1B→1C→1D→1E→2A→2B→2C→2D→3A→3B→3C→3D→I組)

※聴力検査(1、3年生のみ)は別日に実施します。

◇服装…体育着(上:半袖、下:ハーフパンツ)

*体育着登校です。

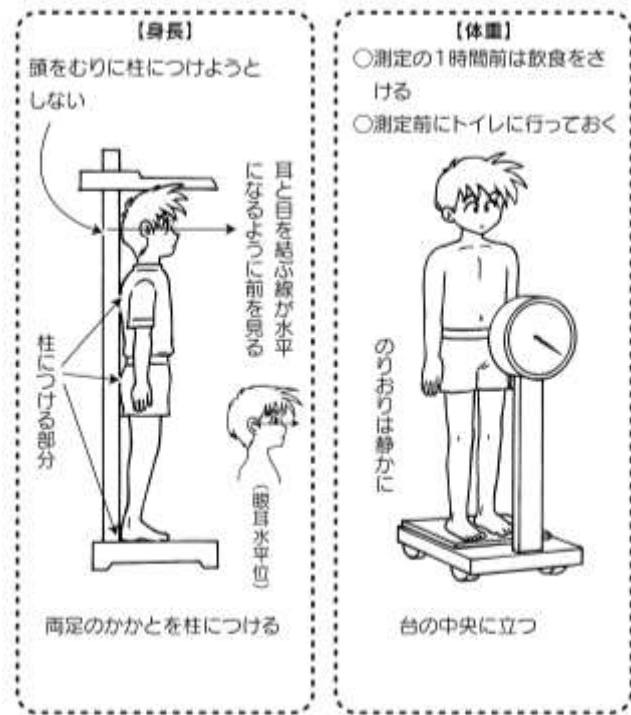
*身長・体重の計測時は上履き、靴下を脱ぎます。

*寒い場合はジャージの着用可。

◇実施項目…身長、体重、視力

◇受け方…担当の先生の指示に従い、待っている間は静かに座って待ちましょう。

自分の発育や健康状態を知り、健康管理に役立てましょう!



測定の邪魔にならないような髪型にしましょう。



【視力】

① 正しい位置に立つ。

自分の番が来たら、テープの貼ってある所に立ちましょう。



② 右目の検査

左目に遮眼器をあてて、先生が指したランドルト環の切れ目がある方向を答えます。遮眼器は目に押し付けず、そっとかぶせるようにします。大きな声で答え、見えないときは「わかりません」と言います。

③ 左目の検査

遮眼器を右目にあてて、左目の検査をします(検査の仕方は右目と同じです)。

④ 結果

視力は、A~Dの4段階で判定します。「検査結果のお知らせ」もらった人は、眼科でみてもらいましょう。

【聴力】

*レーザーの音は小さいので、検査の邪魔にならないように、静かに順番を待ちましょう。

① 右の耳にしっかりとレーザーをあてます。

② 左手に合図のボタンを持ちます。

③ レーザーから「ピー」という音が聞こえたら、ボタンを押します。(音がしている間は、ずっとボタンを押し続けます。聞こえなくなったら、ボタンをはなします)

④ 左の耳も、同じように検査します。



◇当日の流れ

【朝学活】・教室で記録カードに、学年・クラス・番号・氏名を記入する。
・教室で身体計測についての説明を受ける。



担任の先生の指示で、記録カードを持ち体育館へ移動する。
※記録カードを折り曲げたり、破いたりしないように注意しましょう。



【身体計測】

・体育館に着いたら、すぐに計測・検査を開始。
(男子)身長・体重⇒視力
(女子)視力⇒身長体重
・身長、体重、視力の計測・検査が終了した生徒から教室へ戻り、課題を行う。



【終了後】

・記録カードを担任の先生に提出する。
・担任の先生の指示で着替えをする。

