

# 健やか、

新篠津村立  
新篠津中学校  
保健だより

No.2 2021.4.8

## 明日(9日)は、発育測定です!

1年生…2時間目/2年生…3時間目/3年生…4時間目 in 体育館  
体育館に入る前、体育館を出た後にアルコール手指消毒または手洗いをしなね!

### 発育測定の目的

- ①からだの成長の様子や健康の状態を知るため
- ②自分のからだに合わせて、より健康に過ごす力を身につけるため
- ③病気やからだの異常を早く見つけて、治療・予防するため

服装：上下ジャージ、  
靴下ははいたまま



## 測定する時の約束

### ◇身長◇



- 背中、お尻、かかとを身長計の柱につける。
  - 背筋をのばし、あごを引く。
- ※髪は高い位置で結ばないでください。

### ◇視力検査◇



- ① 検査は右目→左目の順番で行う。
- まずは左目を隠し、輪の切れている方向を先生に伝える。(指さしてもOK)
- 終わったら右目を隠し、同じように行う。

※メガネ・コンタクトレンズは外さずに検査をします。

コンタクトをしている人は、検査前に先生に「コンタクト使用」と伝えてください。

※遮眼器は使用したらアルコール綿で消毒してください。

### ◇体重◇



- 体重計の真ん中に静かに乗る。
- 乗った後は気をつけの姿勢を保つ。

### ◇聴力検査◇(1・3年生のみ)



- 検査は右耳→左耳の順番で行う。
- まずは右耳にレシーバーを当て、音が聞こえたらボタンを押す。音が聞こえなくなったらボタンから手を離す。
- 終わったら左耳にレシーバーを当て、同じように行う。

※他の人の検査の邪魔にならないよう、静かに待っていてください。

※レシーバーの消毒は先生がします。

○検査の順番はありません。空いているところから受けてください。

○自分の検査が全て終わったら、全員が終わるまで静かに体育館で待っていてください。

○すべての記録を担当の先生が記入します。