

ほけんだより

大阪狭山市立
狭山中学校
保健室
2013.5.2

今日は身体測定です。

自分のからだを知って、自分のからだを大切に！

◎時 間・・・5時間目より

◎検査項目と場所

身長・体重・座高（全員） 【体 育 館】
視力（全員） 【1年の各教室】
聴力（1年と3年） 【美術室・多目的室】

《各学級、最初の測定場所》

学年	クラス	A	B	C	D	E	F	
1年	場所	1A教室	1B教室	1C教室	1D教室	1E教室	1F教室	⇒美術室へ (聴力)
	項目	視力	視力	視力	視力	視力	視力	
2年	場所	体 育 館						⇒1年の 各教室へ (視力)
	項目	身長	身長	体重	体重	座高		
3年	場所	美 術 室 ・ 多 目 的 室						⇒体育館へ (身長など)
	項目	聴 力 検 査						

※1年 視力→聴力→体育館→教室 ※2年 体育館→視力→教室

※3年 聴力→体育館→視力→教室

最初の測定が終わったら、クラスごとに移動しましょう。

◎服 装・・・半そで体操服・ハーフパンツ（くつ下は教室でめいでおきましょう!）

◎注意事項

◆『健康の記録』に、学年・組・番号・名前を記入する。

測定の結果は先生が記入します。測定時、筆記用具はいりません。

◆めがね・コンタクトレンズの人はつけたまま視力検査をします。

◆体育館では はだし です。〔体育館シューズはいりません。〕

校舎から体育館への移動は上靴です。

◆聴力検査を待つ間、廊下でも静かに！

◆全項目がおわったら、代表者は『健康の記録』を担当の先生へ提出する。

『しずかに』『順序よく』行動しましょう！

身長

骨、筋肉の伸びが
わかります。

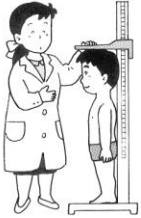
体重

頭、心臓など
全部をあわせた
からだの重さです。

座高

内臓や頭、顔の発育の
ようすがわかります。

はかるときに注意してほしいこと



背中
おしり
かかとを
柱につける。



そっとのりましょう。



せなかをまげないで
おしりを柱にくっつけ
ましょう。

視力検査

(全学年)



目を大切にするためにも
自分の目のようすを知って
おきましょう。

右目から検査します。⇒ 左目をそっとかくす。

穴のあいている方向を指で示してください。

(見えにくいときは「見えません。」と言ってください。)

聴力検査

(1・3年)



オーディオメーター

この機械で音がきこえるかどうかを検査します。

とても小さな音なので、静かにしていないと聞きとれません。

右耳から検査します。

耳にレシーバーをしっかりとあてます。

「ピー」と音がきこえたら、ボタンを押す。

きこえなくなったら、ボタンをはなす。