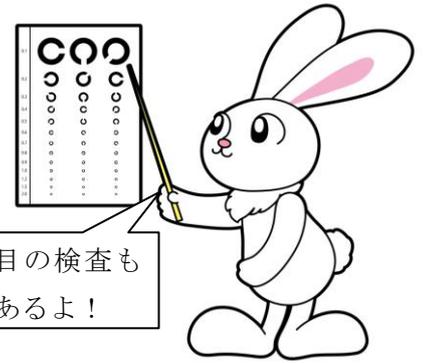


# ほけんだより No.2

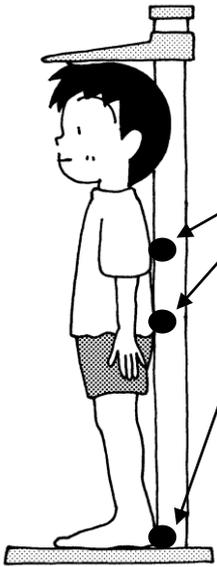
平成23年4月28日 寒河江市立南部小学校保健室



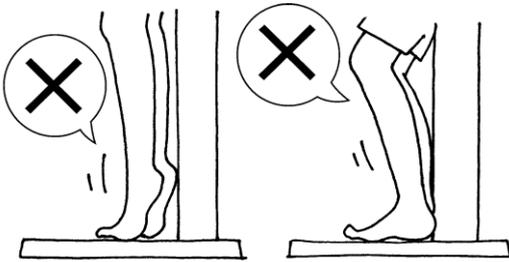
## 5月2日は身体計測

- 服装: 運動着(長そで、長ズボン) ×
- かみ型: 頭の頂上にはむすばない
- その他: メガネ使用の人はメガネをかけてくる

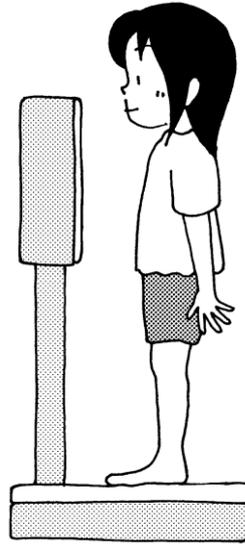
### ◎身長のはかり方



- ・ 体のまん中と柱のまん中がかさなるように立つ。
- ・ せなか、おしり、かかとを柱にくっつける。
- ・ 肩の力をぬき、うではまっすぐ下にする
- ・ かるくあごをひいて、目と耳がまっすぐになるようにする



せのびしたり、ひざをまげてはいけません。

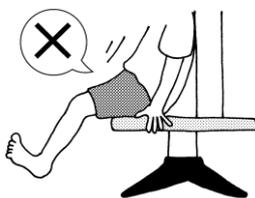


### ◎体重のはかり方

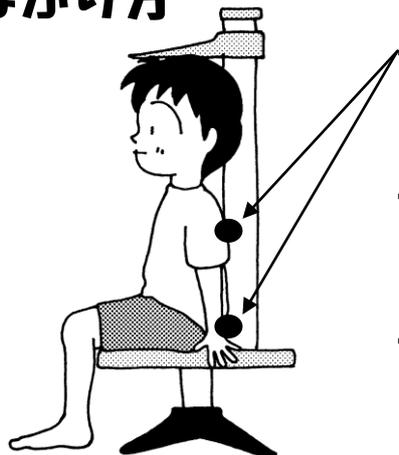
- ・ 体重計の足型にあわせてまん中にする。
- ・ のりおりはしずかにする。



### ◎座高のはかり方



おしりのところにすきまをあけないこと



- ・ せなか、おしりが柱につくようにする。
- ・ 太ももはまっすぐになり、ひざは直角になるようにする
- ・ 体の力をぬいて、うではまっすぐ下にします。

# 健康診断がはじまります！

これからの学校生活をけんこうにすごすために、体に病氣や異常がないかどうかを検査します。

病氣や異常が見つかった場合には、お知らせしますので、早めに治療に行きましょう。

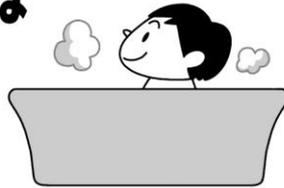
## 健康診断の前日は

● お風呂に入って、からだを清潔に

● 耳そうじをしておく

● 忘れ物がないよう準備する

● 早めになて、体調をととのえる



自分の体をよく知ろう！

## 平成23年度 定期健康診断について

検診項目	期日	時間	対象	検査担当
身体計測	4月21日(木)	3. 4校時	全学年	全職員
歯科検診 ①	5月17日(火)	9:30~	1~3年生	高橋 健歯科校医
眼科検診	5月23日(月)	1:30~	全学年	寺島 和人 校医
ぎょう虫卵検査	5月21日~22日(2日採卵)		1~3年生	成人病検査センター
耳鼻科検診	5月26日(木)	1:00~	全学年	横山 彰夫 校医
歯科検診 ②	5月31日(火)	9:30~	4~6年生	高橋 健歯科校医
貧血検査	6月3日(金)	9:00~	6年生	成人病検査センター
尿検査	6月14日(火)		全学年	成人病検査センター
心電図検査	6月17日(金)	10:30~	1年生	成人病検査センター
内科検診 ①	6月28日(火)	1:30~	1~3年生	田村 真明校医
内科検診 ②	6月30日(木)	1:30~	4~6年生	田村 真明校医