

ほけんだより

けんこうしんだんごう
健康診断号①

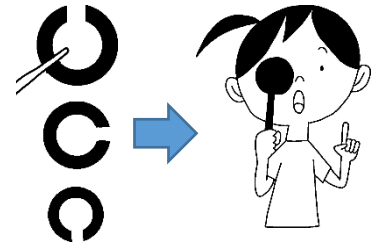
宇部市立二俣瀬小学校
2024年4月

❖ 4月15日(月) 視力検査

視力検査は、授業の時、勉強をするのに困らないくらい、文字等がきちんと見えているかどうか調べます。

「ランドルトかん」という、一部分穴が開いた輪っかを使って調べます。穴が開いている方向を、指さして教えてください。

眼鏡を持っている人は、必ず持ってきてください！



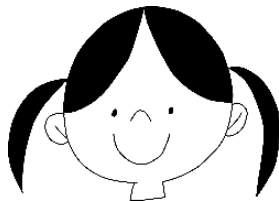
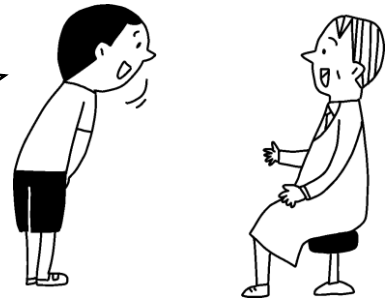
❖ 4月18日(木) 内科健診

内科健診では、聴診器で心臓の音や肺の呼吸をする音を聞いて、体の中が健康かどうかを調べます。また、皮ふの色などの状態や姿勢等から、栄養バランスのよい食事がしっかりととれているか、背骨や関節などに異常が無いかを調べています。

健康診断の時にも、しっかりあいさつをしましょう。

受ける前は「おねがいします。」

受けた後は「ありがとうございました。」



髪が長い人は、髪が背中にかからないように結んでください。

❖ 4～6年生の女の子へ

内科健診の時に背中を見るため、上半身の下着を脱ぎ、体操服だけをきて健康診断を受けます。4年生以上の女の子は、着用してもよい下着があります。おうちの人と、どうするか確認をしておきましょう！おうちの人には『内科健診時の下着の着用について』というお知らせを配っています。

❖ 4月23日(火) 歯科健診

歯科健診では、歯や歯ぐきが健康な状態か、歯こうや歯石（歯のよごれ）はたまっていないか、歯のかみ合わせやあごの状態が正常かどうかなどについて調べます。

歯科校医の先生が、きちんと調べることができるように、朝ごはんを食べた後、しっかり歯をみがいて、よごれを落としておきましょう！



❖ 4月24日(水) 眼科健診

視力検査は「見え方」を調べるのに対して、眼科健診では、目（ひとみや白目の部分）やまぶたの裏側などを見て、目の病気や視力に影響をあたえる目の異常がないかどうかを調べます。



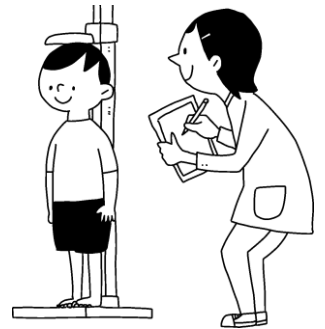
❖ 4月9日(火) 成長測定 ※実施済み

身長と、体重を測りましたね。

自分の身長と体重を知りたい人は、このほけんだよりを持って保

健室まできてください。（下の「成長測定結果」に記入します。）

（保護者の方へ健康診断結果の一覧を配るのは、1学期末になります。）



～4月の成長測定結果～

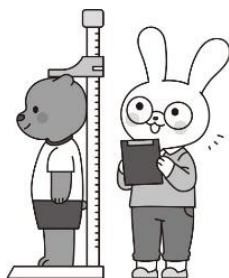
年 なまえ

身長

センチ

体重

キロ



成長の仕方は人によって違います。

左の測定結果の記録は、人と比べ

るためではなく、自分の体の成長を

知るため、体の状態を確かめるた

めに使ってください。

