身体測定について

〈測定日〉			
	3年生	4月11日（木）	1・2時間目
	2年生	4月11日（木）	3・4時間目
	1年生	4月12日（金）	1・2時間目

１年に１回の身体測定。１年間でどれくらい体が成長しているかを確かめるために、正しく受けるためのポイントをお知らせします。

身長をはかるときは

- □ 少しだけあごを引く
- □ かかと・おしり・背中を身長計につける

注意 髪が長い人はじゃまにならない位置で結びましょう

体重をはかるときは

- □ そっと体重計に乗る
- □ はかれるまで動かない

注意 じっとしていないと、うまくはかれません

靴・靴下は脱いでください。

聴力検査を受けるときには

1・3年生のみ検査します。

髪が長い場合、耳にかけて下さい。

1 右耳から始めます

2 音が聞こえたら、ボタンを押します

聞こえたら、聞こえなくなるまで、押し続けてください。

3 左耳も同じようにします

小さな音を聞くのでしずかにしましょう

歩いたり、ドアを開けたり閉めたりするときも、音をたてないようにしてください。

視力検査

1 左目をかくして、右目から調べます

2 右目をかくして、左目を調べます

注意 かくしている目はあけておきましょう　目を細めて見ないようにしましょう

3 しゃ眼器を、アルコール綿でふきます

メガネやコンタクトレンズを使っている人はつけたまま検査をします

メガネを持っている人は、忘れずに！

視力検査の結果

A	1．0可	学校の生活をするのに、十分な視力です
B	0．7可	学校の生活で、たまに困ることがあります
C	0．3可	教室の後ろから黒板の文字が見えにくいことがあります
D	0．3未満	教室の前列でも黒板の文字が見えにくい視力です

B C D の人は… 病院を受診して、メガネが必要なら使いましょう

★服装は体操服です。
★保健委員の指示で行動します。
★待っている間や移動の時は静かにしてください。