

ほけんだより 4月

大阪市立淀中学校
保健室
2015. 4. 8

新入生のみはさん、ご入学おめでとうございます。
ようこそ!! 淀中学校へ!! 保健室の堀口(ほりぐち)です。
これからみなさんが、元気に過ごせるよう、サポートしていきます
ので、よろしくお願いします。

2、3年生のみはさん、お久しぶりです。改めまして、進級おめでとう
ございます。

新学期が始まり、新しいクラス、友達、先生... 身の回りの 入学・進級おめでとう!!
環境がガラリと変わり、不安もあると思いますが、自分を信じて大きく成長してください。
私はいつも、影からみなさんを見守り、応援しています!!

1年間
よろしく!!



保健室の先生

みなさんの健康をサポート
していただく先生方です。
これから始まる健康診断で
先生方は学校へ来てくださり、
みなさんをご診察いただきます。
始まりは「お願いします!」
終わりは「ありがとうございました」
きちんと挨拶しましょう。

- * 内科 北野 英基 先生 (北野クリニック)
- * 歯科 寺尾 俊明 先生 (寺尾歯科)
- * 眼科 土生 悦子 先生 (はぶ眼科)
- * 耳鼻科 塚本 康広 先生 (塚本耳鼻咽喉科)
- * 薬剤師 宇高 重人 先生 (千船ハート薬局)

保健室をきまりよく利用するためのみんなのルール

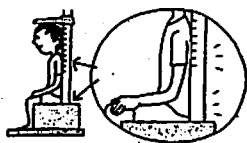


4月9日(木)は 身体測定・視力検査・聴力検査 です

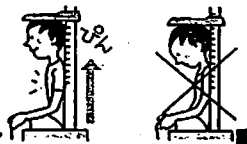
持ち物 ... 体操服(上下)半袖・メガネ(持っている人)

【座高】

お尻と背中を壁面に
くっつけるように座ります



背筋を伸ばして
踵を握りましょう



【身長】

背筋を伸ばしましょう



※ ホーテールでは
正しく測定
できません

身体測定

【体重】

体重計にはいきおいよく乗らないこと
ゆっくり落ち着いて乗るように



計測できるまで、
動かず待ちましょう



視力検査

検査は右目→左目の順で行います。
ランドルト環(下図)の切れている方を答えましょう。

- A 1.0 以上
- B 0.9~0.7
- C 0.6~0.3
- D 0.2 以下



上 下 右 左

・見えないときは「わかりません」と言いましょう。
・コンタクトをしている人は、あらかじめ伝えてください。

・メガネを忘れずに。

聴力検査

- 音が出るレシーバを耳に当てます。
(検査は右耳→左耳の順で行います)
- 音が聞こえたら、レシーバーを持っていない
ほうの手でボタンを押します。
- 音が聞こえている間はボタンを押し続けて
ください。

※ とても小さな音を聞く検査のため、待っている人は静かに!!

保健室で

できることをしましょう

ルールやマナーを守って利用しましょう。
緊急のとき以外は、担任の先生にことわ
ってから来てくださいね。



薬をもらうことはできません
お薬をいただいた手当てはできません



健康診断が
始まります。
健康や自分の体に
関心を持って各検診
を受けてください。
保健だよりも各検診
に配布します。
読んでね



◎ 体操服(上下)半袖