

ほけんだより

令和4年4月
世羅町立世羅小学校

*** 聴力・視力検査と

身体測定を行います!!***

~次のことをよく読んで検査を正しく受けましょう~

◆聴力検査◆

○こんなことをしらべます

ふだんの生活で、耳がじゅうぶん聞こえているかどうかしらべます。

○検査の受け方

- ①右の耳にしっかりとレシーバーをあて、左手に合図ボタンを持ちます。
- ②レシーバーから“ピー”という音がしたら、ボタンを押します。
- ③音がしている間はボタンをおし続け、聞こえなくなったらボタンをはなします。(2種類の音について調べます。)
- ④次に左の耳を同じように行います。

○注意すること

- ・レシーバーからの音はとても小さいので待っている人はしずかにしましょう。
- ・検査を受けるときは、よく耳をすまして聞きましょう。

◆視力検査◆

○こんなことをしらべます

5メートルさきにある視力表の中のランドルト環を使って、片目ずつどのくらいのもが見えるかをしらべます。

○検査の受け方

- ①自分の番がきたら、テープのはってあるところに立ちます。
- ②左目を自分の手でかくして、右目からはかります。(かくした左目もあけたままにしてください。)
- ③先生がさしたランドルト環のきれめのある方向を答えます。
- ④次に左目をはかります。さっきと同じように今度は右目を自分の手でかくして、先生のさしたランドルト環のきれめのある方向を答えます。

ランドルト環

○注意すること

- ・リラックスして受けましょう。
- ・大きな声でこたえ、見えないときは「わかりません」と言いましょう。
- ・目をほそめないでください。
- ・手で強く目をおしつけないようにしましょう。
- ・メガネを持っている人はメガネをかけてはかります。忘れずにも持ってきましょう。

◆ 身体測定 ◆

○こんなことをしらべます。

身長（背の高さ）、体重（からだの重さ）をはかって成長のようすをしらべます。

○身長のはかり方

軽くあごをひいて目と耳がまっすぐになるようにします。

肩の力をぬいて、腕はまっすぐ下にたらしめます。

背中・おしり・かかとがきちんと柱にくっつくようにします。

背伸びをしたり、膝を曲げたりしてはいけません。

○体重のはかり方

体重計へののりおりは静かにしましょう。
体重計の真ん中に立ったら、気をつけの姿勢をしましょう。

○そのほか 注意すること

- 測定する時は体の力をぬいてリラックスしましょう。
- 髪を結ぶ時は、結び目が頭の上になないようにしましょう（身長や座高を測る時、正しく測れません。）