

健康のあんてな

2018. 4. 12(木)

4月の健康の言葉

NO. 2

自分を見つけられない、という人がいる。
しかし、自分自身とは見つけるものではなく、
創造するものなのだ。 (精神科医 トーマス・サズ)

1・3年次

1年次希望者のみ

身体測定・視力・聴力・色覚検査から始まる健康チェック

いよいよ健康診断が始まり、明日は上記の検診があります。
社会で求められる力の一つに「自己管理能力」があり、「決められたことをきちんとできる」ことは信頼関係の大前提となります。というわけで、明日は学年・クラスにより動きが異なるので、各自検診の流れをつかみ自分の検査項目・順番を把握し、「自己管理能力」を試してみましょう。明日はジャージ上下、Tシャツ・短パン持参をお忘れなく！



自己管理能力がわかる！？

検査会場

項目	男子	女子
身長	体育館	
体重	体育館	第2会議室
1年生聴力	音楽室	
3年生聴力	図書室	
視力	各HR	
色覚	保健室	

【服装&検査会場】

- 測定はジャージ上下、体重測定はTシャツ・短パンで実施。
朝の SHR までには着替えを完了してください
着替えは指定の場所で行い、制服は個人のロッカーで保管。
- 会場は右表のとおりです。
- 検査順は裏面をご覧ください。

【流れ】

- 朝の SHR で「身体測定個人票」に各自必要事項（コンタクトの有無も）を記入。個人票持参のうえ検査会場に行き、記録と押印をもらってください。
※なお、女子の記録票には体重測定用記録票がホチキス止めになっているので、取らないでください。
- 全ての検査終了後、「身体測定個人票」を担任に提出、制服に着替え教室待機です。
- 原則、決められた順番で検査を受けますが、混雑している時は、臨機応変に空いている所へまわってください（指示されることもあります）。

【その他】

- 今年から視力測定の記録が数値から A B C D 判定に変わります。昨年度の視力を申し出て～測定を受けてください。その際、斜眼器は各自で消毒をお願いします。
- コンタクト使用者の視力は矯正視力欄に記録されますので、各自確認ください。
- 従来通り数値を知りたい人は、来週以降昼休みや放課後來室してください。
- 聴力、色覚検査はそれぞれの担当の先生の指示を受け、会場が静かな環境であることにご協力をお願いします。
- 検査会場の復元にも協力してくださいね。



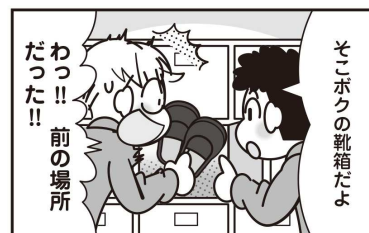
【タイムテーブル（測定順・検査順）】

HR	1校時	2校時
1-1	聴力（音楽室）→視力→身長→体重→色覚	
1-2	聴力（音楽室）→視力→身長→体重→色覚	
1-3	聴力（音楽室）→視力→体重→身長→色覚	
1-4	聴力（音楽室）→視力→体重→身長→色覚	
1-5	身長→体重→色覚→視力→聴力（音楽室）	
1-6	身長→体重→色覚→視力→聴力（音楽室）	
1-7	身長→体重→色覚→視力→聴力（音楽室）	
2-1	身長→体重→視力	
2-2	身長→体重→視力	
2-3	身長→体重→視力	
2-4	体重→身長→視力	
2-5	視力→身長→体重	
2-6	視力→身長→体重	
2-7	視力→体重→身長	
3-1	聴力（図書室）→視力→身長→体重	
3-2	聴力（図書室）→視力→体重→身長	
3-3	体重→身長→視力→聴力（図書室）	
3-4	体重→身長→聴力（図書室）→視力	
3-5	体重→身長→視力→聴力（図書室）	
3-6	体重→身長→視力→聴力（図書室）	
3-7	体重→身長→聴力（図書室）→視力	

きりかえが 大事



K・Shinbo



知っておこう！日本スポーツ振興センター

学校の管理下で災害（ケガや特定の疾病）が発生した時に、医療費・見舞金の給付を行う災害給付制度です。つまり、皆さんが病院や整骨院などで支払った医療費を学校でとりまとめて独立行政法人日本スポーツ振興センターに請求をかけ、給付を受けるものです（ただし保険証使用で1,500円以上の支払いをした場合）。

したがって、学校でケガをして医療機関を受診した場合は、保健室に連絡をください。手続きに必要な書類をお渡しします。「えっ！通院してるけど…」というアナタ、よくわからないアナタ、中学校時のケガで、現在も継続して治療中の場合のアナタも、どうぞ保健室に来室してください。



1 学校管理下の範囲

- ① 学校が編成した教育課程に基づく授業を受けている場合
- ② 学校の教育計画に基づく課外指導を受けている場合
- ③ 休憩時間にある場合、その他校長の指示または承認に基づいて学校にある場合
- ④ 通常の経路及び方法により通学する場合
- ⑤ 学校外で授業等が行われる時、その実施場所、集合・解散場所と住居との間の合理的な経路・方法による往復中