

ほなんだより

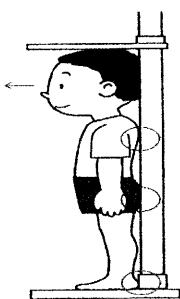
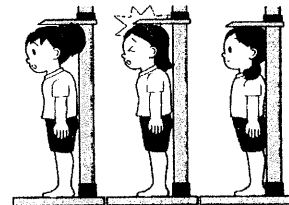
H31.4.11 豊岡小学校 保健室



身体計測について

明日は、身体計測があります。計測のしかたを確かめて、正しくはかことができるようにしましょう。

- ① ねらい 自分の体がどれだけ大きくなったかを知って、自分の体に関心を持つためにおこないます。
- ② 日時
4月12日(金)
2時間目: 3年生→2年生→1年生 (出席番号順)
3時間目: 4年生→5年生 (男子→女子の順)
4時間目: 6年生 (男子→女子の順)
- ③ 場所 保健室
- ④ 準備
 - ・休み時間にトイレに行っておく。
 - ・保健室前廊下でズック、靴下をぬぎ壁にそろえて置く。
 - ・身長→体重の順にはかる。
- ⑤ 服装
 - ・体育着の長そで、長ズボンを着てはかる。
 - ・髪が長い女子は、頭頂部で髪を結わない。
- ⑥ 注意してほしいこと



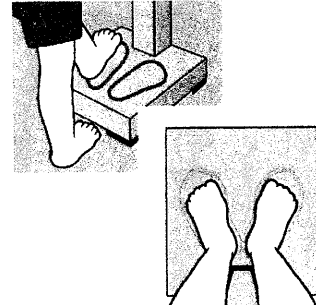
【身長】

- ・まっすぐ前を見る。
- ・かかと、おしり、せなかを身長計につける。

かかとがびったりついていないと、正しくはかれないよ!

【体重】

- ・静かにはかりにのる。
- ・はかりのまん中に立つ
- ・はかり終わるまで動かない。



⑦ きょう、お家で準備すること

お風呂に入って、からだをきれいにあらう。ていねいにシャンプーする。

せいけつな下着を着る。名前もつけよう。

つめは、手のひら側から見えない長さに切りそろえる。長いと、ほかの人にけがをさせたり、自分も、つめがおれたり、めくれたりしてきけん! つめのけがはとても多い! そして、とてもいたい! なおるまで長くかかります!

