

# ほけんだより



10月の保健目標  
目を大切にしよう

令和2年10月19日  
海田町立海田西小学校 保健室

## 姿勢検診・運動器検診があります

〈日時〉  
10月22日(木) 13:30~

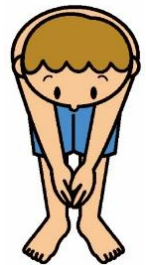
〈会場〉  
保健室

〈対象〉  
姿勢検診(再検査者・4~6年生)  
運動器検診(該当者:今年度なし)

〈順番〉  
姿勢再検査者→6年男子→5年男子→  
4年男子→4年女子→5年女子→6年女子

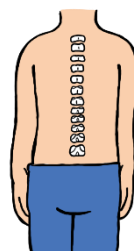
### 姿勢検診の受け方

- ①検診までに体操服に着がえておく(下着をぬぎ体操服1枚の状態)。  
※4年女子は4年となり教室で、5・6年女子はNIE教室で着がえる。  
※制服の上着を着ておいてもよい。
- ②保健室に入ったら、制服の上着・体操服をぬいで、静かに順番を待つ。
- ③順番が来たら、ぬいだ服を持って移動し、服をかごにいれる。
- ④お医者さんに背中を向けて、両手を30度くらい広げて真っ直ぐ立つ。
- ⑤手の平を合わせて前くつをする(おへそを見る)。
- ⑥検診が終わったら、体操服を着て保健室から出る。

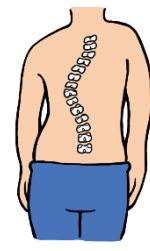


「せきちゅう側わんしょう」ってどんな病気?

背中の骨が左右どちらかにまがる病気のことを「せきちゅう側わんしょう」といいます。ぎっくりごしや姿勢の悪さによって、一時的に起こる場合と、成長とともに少しずつ進んでいく場合があります。早く見つけて、適切に治りようすることが大切です。



【正常】



【せきちゅう側わんしょう】