



身体計測、視力検査があります

メガネやコンタクト
レンズを忘れずに

9月8日（水）1限-1年生，2限-2年生，3限-3年生

身体計測（会議室），視力検査（各教室）

〈身体計測時の服装〉 制服（ポロシャツ・ズボン・スカート）

上着・靴下は脱いでください。ベルトは外しましょう。



【感染症対策】

- 視力測定時に使用しますので、ハンカチまたは、ティッシュを持ってくる。
- メガネ・コンタクトレンズを使っている人は、忘れずに持ってくる。
- 実施前には石けんでしっかりと手を洗い、ハンカチで手をふいておく。
- 移動中や検査中は、他の人との距離を開け、静かに行動する。
- 会議室では密を防ぐため、室内は5人程度になるように、一人出たら一人入る。



遮眼子を使いません。

ハンカチを手のひら全体で持ち、眼球を圧迫しないようにおおって検査します。

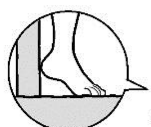


身長・体重をはかるときは

あたまの
てっぺんで
髪を結ばない！



せなか・おしり・
かかとが
くっつくように



つま先立ちをしない！



あごは
軽くひく

体重計の中央に
しずかに
ゆっくり乗る



R3年度 身体測定 記録カード 洛西中学校

| 年 組 番 | 氏名 | 女・男 |
|-------|-----------------------|----------------------|
| 身長 | ・ Cm | どれだけ伸びたかな？ |
| 体重 | ・ kg | 極端な増減に 気を付けよう |
| 視力 | 右 めがね・コンタクト () | A 1.0以上 B 0.9~0.7 |
| | 左 めがね・コンタクト () | C 0.6~0.3 D 0.2以下 |

（注）視力()内は、矯正視力を記入します。
メガネ・コンタクトの人は、あてはまる方に○印を。

身長・体重・視力の測定が終わったら、
このカードは、折り曲げたり丸めたり
しないようにしましょう。

記録用紙には、学年・組・番号・
名前など、ていねいに記入し、測定
が終わったら担任へ提出します。
メガネ・コンタクト使用者は、
どちらかに○印をします。