

5月

# ほけんだより

大洲中学校  
夜間学級

しんがつき はじ はや げつはん す いま がんば つか  
 新学期が始まって早いもので1か月半が過ぎました。今まで頑張ってきた疲  
 ていませんか？ ひる よる きおんさ おお この時期は、からだもだるく、疲れも残り  
 くなります。つか のこ かん すこ はや ね ころが  
 疲れが残っているなど感じたら、いつもより少し早めに寝るよう心掛け  
 さい。



がつ がつ けんこうしんだん  
 5月から6月にかけて健康診断があります

## Physical examination

・自分の体の状態を知るために行います。

Do it to know your physical condition.

・病気にかかっていないかを調べます。

Physical examination is for checking your health.



しんたいけいそく しりょく ちょうりょくけんさ  
 5月27日(金)は、身体計測・視力・聴力検査があります。

## 身長

Height examination 身高検査



1、まっすぐ前をむいて立ちます  
 We look straight ahead.

我们直视前方

2、せなか、おしり、かかとを柱にくっつけます  
 Attach the back, buttocks, and heels to the pillar.

将背部、臀部和脚跟固定在柱子上。

## 体重

Weight examination 体重検査



1、服をきたまま、ゆっくり  
 体重計のにります

Weigh yourself slowly on the  
 scale with your clothes on.

穿着衣服在天平上慢慢称量自己

2、先生の指示があるまで動かないでください  
 Do not move until the teacher's instruction.

在医生告诉你之前，不要移动

## 視力

Eyesight examination 視力測量



1ハンカチで片方の目をかくしま  
 す Cover one eye with a  
 handkerchief.

用手帕遮住一只眼睛

2、穴のあいている方を指でさ  
 します

Point your finger toward the hole

用你的手指指向洞口



## 聴力

Hearing examination 听力測量



1、ヘッドホンを耳にあてます  
 Put the headphones on one ear.

将耳机放在一只耳朵里

2、高い音と低い音が聞こえたらボタンを押します  
 Press the button when you hear a high or low sound

当你听到高或低的声音时，请按按钮



# 眼科

6月2日(木)19:00～保健室で眼科検診があります。

There will be an eye examination on Thursday, June 2, from 19:00 at the Health Office.

6月2日 19:00 将在保健中心进行眼部检查

目の病気や異常が無いか見てもらいます。

Have them look for eye diseases and abnormalities. 让你的眼睛看看有没有疾病或异常

検診の仕方 How to do a medical checkup 如何进行体检

1、医師の前に立ちます。Stand in front of the doctor. 站在医生面前

2、自分で下まぶたを下げて医師の指を見ます。

Lower your own lower eyelids and look at the doctor's fingers. 自己放下眼皮，看着医生的手指。



# 内科

6月6日(月)19:00～保健室で内科検診があります。

There will be a medical checkup in the Health Office from 19:00 on June 6

(Mon.). 6月6日星期一 19:00 起在医务室进行体检。

検診の仕方 How to do a medical checkup 如何进行体检

1、医師の前の椅子に座ります。Sit in the chair in front of the doctor. 坐在医生面前的椅子上。

2、心臓や脊柱を見てもらいます I'll have them look for any heart or spinal problems

你将被检查是否有任何心脏或脊柱问题



# 歯科

6月10日(金)19:00～保健室で歯科検診があります。

There will be a dental checkup on June 10 (Fri.) from 19:00 at the Health Office.

6月10日星期五 19:00 起在医务室举行牙科检查。

検診の仕方 How to do a medical checkup 如何进行体检

1、医師の前の椅子に座ります。Sit in the chair in front of the doctor. 坐在医生面前的椅子上。

2、マスクを外したら、口を開けて見てもらいます。

After removing the mask, open the mouth and let them look at you. 一旦摘下面具，张开嘴看一看。