

保健だより5月号

令和3年5月 茨城県立石岡商業高等学校 保健室



○身体測定について

5月19～21日の定期試験後、学年ごとに身体測定（身長・体重・視力検査）を行います。当日の服装は、制服です。視力検査があるので、眼鏡を持っている人は忘れずに持参してください。また、コンタクトをしている人は、自分の順番が来たらコンタクトをつけていることを係の先生に必ず伝えましょう。

【日程・場所】

19日（水）11：00～ 1年生
20日（木）11：00～ 2年生
21日（金）12：15～ 3年生



（大会議室）

○疲れを感じたら・・・

ゴールデンウィーク明けは・・・

心身の疲れが出やすい時期です



○「色覚」の検査について

先天色覚異常は男子の約5%（20人に1人）、女子の約0.2%（500人に1人）の割合にみられます。本人には自覚が無い場合が多く、検査を受けるまで気付いていない場合も多いです。

【例えば・・・】

- ・焼肉を食べるとき、焼け具合が分からない。（赤色が茶色っぽく見える）
- ・黒板の赤、緑、青、茶色などの暗い色のチョークが読みにくい。

【似て見える色】

赤と緑、オレンジと黄緑、茶色と緑、青と紫、緑と灰色・黒、ピンクと白・灰色など（個人差があります）
◎治療はできませんが、職業・進路選択に当たり、自身の色の見え方を知っておくためにも色覚検査は大切です。
本校では希望者を対象に、保健室で無料で検査を行うことができます。
希望する場合は下記の申込書に記入し、担任まで提出してください。（締切：5月末）



色覚検査を希望します。

令和3年 月 日

生徒氏名 _____

保護者名 _____ 印