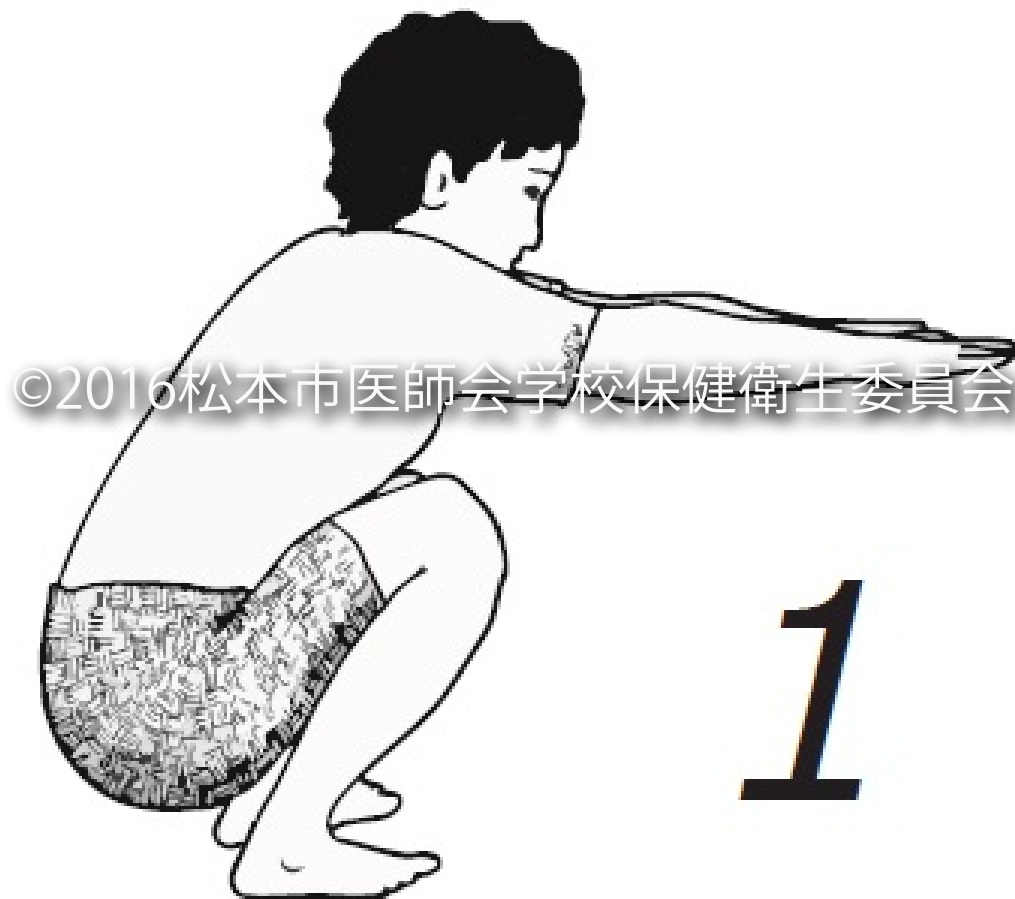


---

しゃがんで<sup>しんさつ</sup>診察を待ちます



1

- ① かかとを<sup>ゆか</sup>床につけます
- ② お尻を<sup>しり</sup>下までおろします
- ◎ <sup>いた</sup>痛いときは<sup>い</sup>言いましょう

しんさつ  
診察にむかいます



©2016松本市医師会学校保健衛生委員会

2

- ① かたに ゆび<sup>さき</sup>先をつける
- ② 立<sup>た</sup>ちあがり 先生<sup>せんせい</sup>の前<sup>まえ</sup>へ
- ◎ 痛<sup>いた</sup>いときは言<sup>い</sup>いましょう

---

ないかけんしん  
内科健診をします



- ① ひじをしっかりとのばします
- ◎ 痛いときは言いましょう

まわれ右して <sup>みぎ</sup> ゆっくり <sup>ぜんくつ</sup> 前屈



まず

① てを ひざにおきます

そのあと

② ゆびを床につけます <sup>ゆか</sup>

◎ 痛いときは言いましょう <sup>いた</sup> <sup>い</sup>

からだをおこして そりがえる



©2016松本市医師会学校保健衛生委員会

5

① めいっぱい そりがえります

◎ <sup>いた</sup>痛いときは<sup>い</sup>言いましょう

# 6

©2016松本市医師会学校保健衛生委員会

そのまま でていきます。

しんさつ  
診察は おわりです。