



宇都宮市立清原中学校
令和4年4月8日
健康診断 特別号

4月の初めから健康診断が始まります。いろいろな検診は皆さんの健康状態を知るためです。この機会に自分のからだのことをきちんと知り、健康に学校生活を送れるように心がけましょう。健康診断の結果、治療や検査が必要な時は病院で受診してください。

検診によってやり方が決まっています。スムーズに検診が進むよう事前に確認しておいてください。



健康診断では前日や当日の朝に準備しておいてほしい検診があります。
日程を確認して検診を受けましょう！

月 日 (曜日)	時 間	項 目	対 象 学 年	場 所
4月12日(火)	1, 2校時	身体計測 視力検査 聴力検査	3 学 年	武道場, 体育館 木工室、金工室
4月12日(火)	3, 4校時	身体計測 視力検査	2 学 年	武道場, 体育館,
4月13日(水)	2校時	身体計測 視力検査 聴力検査	せせらぎ	武道場, 体育館 木工室、金工室
4月13日(水)	3, 4校時	身体計測 視力検査 聴力検査	1 学年	武道場, 体育館 木工室、金工室
4月20日(水)	13:30~	内科検診	せせらぎ 3 学年	男子: 特別活動室 女子: 保健室
4月21日(木)	8:45~	耳鼻科検診	全 学 年	保健室
4月28日(木)	13:30~	眼科検診	全 学 年	保健室
5月 2日(月)	8:45~	心臓検診(一次)	1 学 年	特別活動室
5月26日(木)	8:45~	歯科検診	全 学 年	特別活動室
6月 1日(水)	13:30~	内科検診	前回欠席者, 2 学年	男子: 特別活動室 女子: 保健室
6月22日(水)	13:30~	内科検診	前回欠席者, 1 学年	男子: 特別活動室 女子: 保健室
未 定	1校時前	尿検査	全 学 年	集まり次第保健室へ

*尿検査については、日程が決まり次第お知らせいたします。

*色覚検査は、希望者を対象に実施いたします。



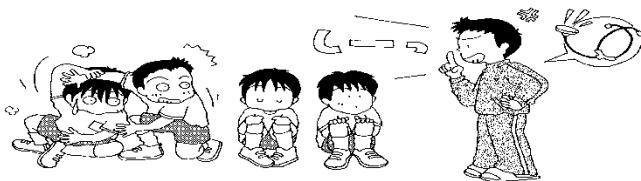
学校医の先生を紹介します

内科	齋藤 達也 先生・平野 良郎 先生
歯 科	印出井 敏英 先生・廣中 俊賢 先生
耳 鼻 科	菅原 公明 先生
眼 科	福島 一哉 先生
薬 剤 師	羽石 智久 先生

今年度の保健室担当は高松めぐみです。よろしくお願いいたします。

健康診断 受診心得

- ・学校医の先生や計測をしている先生にきちんとあいさつをしましょう。
- ・自分の氏名を伝えましょう。
- ・検査中は静かにしましょう。
- ・前の人のやり方をきちんと見ておきましょう。



身体計測

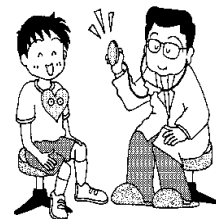
どのくらい成長しているか調べます。

- ◎身長・柱に背中・おしり・かかとをつける。
 - ・軽くあごを引く。
- ◎体重・体重計には静かに乗り降りする。
 - ・気をつけた姿勢で静止する。

内科検診

心臓、肺、皮膚の運動器の状態や栄養状態を調べます。

- ・学校医の先生に相談したいことを、事前に養護助教諭に伝えておく。
- ・からだを清潔にしておく。
- ・着替え等、準備を速やかに行う。



聴力検査

耳の聞こえの検査をします。

- ・音が聞こえたらボタンを押す。
- ・待っている間は特に静かする。

耳鼻科検診

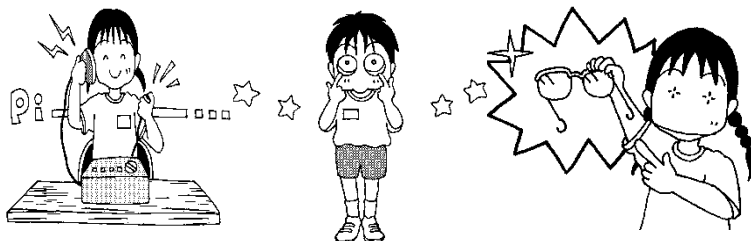
耳、鼻、のどの病気の有無を調べます。

- ・頭おおいを必ず持参する。(忘れないこと)
- ・検査の前日には耳や鼻の掃除をしておく。
- ・髪の毛は耳が隠れないようにする。検診を受けるときは、必ず、耳を出して検診を受ける。

視力検査

目がどのくらい見えるか調べます。

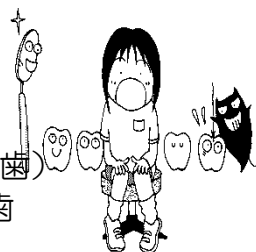
- ・眼鏡を持っている人は必ず持参すること。コンタクトレンズの人は検査の先生に必ず伝えること。
- ・声や指で正確に方向を伝える。



歯科検診

歯や歯肉の状態、噛み合わせ調べます。

- ・朝、必ず歯みがきをしてくる。
- ・大きく口を開ける。
- ・C…むし歯
- …処置歯
- CO…むし歯になり
そうな歯(要観察歯)
- ×…抜く必要がある乳歯
(要注意乳歯)



眼科検診

眼に病気や異常がないか調べます。

- ・前髪が眼にかからないように切ってくるかピンでとめる。眼鏡をしている生徒は外しておく。
- ・眼を診てもらうので、検診を受ける時は学校医の先生を見る。



心臓検診

心臓に異常がないか調べます。

- ・着替え等、準備を速やかに行う。
- ・検査台に横になってからは、からだの力を抜いて、動かないようにする。
- ・順番が来るまで静かに待つ。

尿検査

腎臓に病気がないか調べます。

- ・起きた後すぐにトイレで中間尿を採尿します。
- ・寝る前に2時間程度横になり、排尿してから寝る。
- ・寝る前にジュースやエナジードリンクやビタミンCをとらないようにする。
- *尿検査の日程がまだ決まっています。決まりましたら、お知らせします。