

ほけんだより 健康診断特別号

H30. 4. 10発行
清 原 中
保 健 室



学校ではさっそく健康診断が始まります。健康診断は皆さんの健康状態を知るために必要な検査・検診です。健康診断の目的とポイントをよく確認しておきましょう。そして、この機会に自分のからだのことをきちんと知って、健康的な毎日を送れるよう心がけましょう。健康診断の結果、治療や検査が必要な場合には速やかに病院で診てもらいましょう。



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もあります。よく日程を確認して適切に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11日（水）	1, 2校時	身体計測	3 学 年	武道場, 体育館, 木工室
	3, 4校時	身体計測	2 学 年	武道場, 体育館
4月13日（金）	3, 4校時	身体計測	1 学 年	武道場, 体育館, 木工室
4月19日（木）	9:00～	心臓検診（一次）	1 学 年	特別活動室
4月26日（木）	13:30～	眼科検診	全 学 年	保健室
5月 2日（水）	13:30～	内科検診	1 学 年	男子：特別活動室 女子：保健室
5月16日（水）	13:30～	心臓検診（二次）	1 学年対象者	特別活動室
5月17日（木）	8:45～	耳鼻科検診	全 学 年	保健室
5月22日（火）	10:30～	レントゲン検査	1 学年対象者 教 職 員	特別活動室
5月23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
5月24日（木）	8:45～	歯科検診	全 学 年	特別活動室
5月30日（水）	13:30～	内科検診	前回欠席者, 3 学年	男子：特別活動室 女子：保健室

※ 尿検査は、日程が決まり次第お知らせいたします。

※ 色覚検査は、後日、希望者を対象に実施いたします。

《診断の目的とポイント》

すべて

- 先生にきちんとあいさつをしましょう。
- 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。

視力検査

- 目がどのくらい見えるか調べます。
- めがねを持っている人は必ず持参しましょう。
- 声や指で正確に方向を伝えましょう。

聴力検査

- 音がどのくらい聞こえるか調べます。
- 音が聞こえたらボタンを押しましょう。
- 待っている間は特に静かにしましょう。

歯科検診

- 歯や歯肉の状態、噛み合わせを調べます。
- 朝、必ず歯をみがきましょう。
- 大きく口を開けましょう。
- C…むし歯 O…処置歯
CO…むし歯になりそうな歯（要観察歯）
X…抜く必要がある乳歯（要注意乳歯）

心臓検診

- 心臓に異常がないか調べます。
- 着替え等、準備を速やかに行いましょう。
- 検査台に横になってからは、からだの力を抜いて、静止しましょう。
- 待っている間は特に静かにしましょう。

耳鼻科検診

- 耳、鼻、のどに病気がないか調べます。
- 頭おおいを必ず持参しましょう。
- 検査の前日には耳や鼻の掃除をしてきれいにしておきましょう。
- 髪の毛は耳にかからないようにしましょう。

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・かかとをつけましょう。
- 軽くあごを引きましょう。

◎体重

- 体重計には静かに乗り降りをしましょう。
- 気をつけの姿勢で静止しましょう。

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があれば、事前に養護教諭に伝えておきましょう。
- からだを清潔にしておきましょう。
- 着替え等、準備を速やかに行いましょう。

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たりとめたりしておきましょう。
- 眼を診てもらうので、検診を受ける時は先生の顔を見るようにしましょう。

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しょう。
- 寝る前に2時間程度横になり、排尿してから寝るようにしましょう。
- 寝る前にジュースやビタミンCをとらないようにしましょう。