



宇都宮市立清原中学校
令和5年4月10日

いよいよ新学期が始まりました。今年度から保健室は2人体制となります。どうぞよろしくお願いいたします。
さて、4月の初めから健康診断が始まります。学校での検診は、皆さんの健康状態を知るために行います。この機会に自分のからだのことをきちんと知り、元気に学校生活が送れるようにしましょう。健康診断を受けた結果、治療や検査が必要になった時はお知らせを配付しますので、早めに病院を受診してください。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。



※耳鼻科検診では、スムーズに検診を進めるため、頭おおいで髪の毛を覆います。前日までに準備をお願いします。

月 日 (曜日)	時 間	項 目	対 象 学 年	場 所
4月12日(水)	1, 2校時	身体計測 視力検査 聴力検査	3 年	武道場, 体育館 木工室, 金工室
4月12日(水)	3, 4校時	身体計測 視力検査	2 年	武道場, 体育館,
4月13日(木)	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 年	武道場, 体育館 木工室, 金工室
4月20日(木)	8:45~	耳鼻科検診	全 学 年	保健室
4月26日(水)	13:30~	内科検診	1 年	男子: 特別活動室 女子: 保健室
5月 2日(火)	8:45~	心臓検診	1 年	特別活動室
5月10日(水)	13:30~	内科検診	3年, せせらぎ 前回欠席者	男子: 特別活動室 女子: 保健室
5月17日(水)	13:30~	内科検診	2 年 前回欠席者	男子: 特別活動室 女子: 保健室
6月 8日(木)	8:45~	歯科検診	全 学 年	特別活動室
6月29日(木)	13:30~	眼科検診	全 学 年	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10月頃に実施いたします。



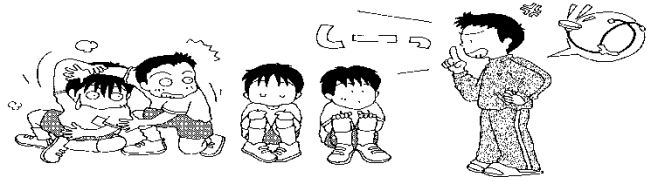
学校医の先生を紹介します

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、篠崎 捺実, 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

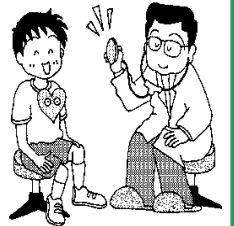
どのくらい成長しているか調べます。

- ◎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、運動器の状態、栄養状態等を調べます。

- ・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る。
- ・からだを清潔にしておく。
- ・着替え等の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

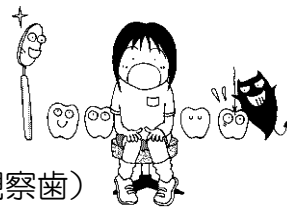
耳、鼻、のどの異常の疑いを調べます。

- ・頭おおいを必ず持参する。〔忘れないこと!〕
- ・耳掃除をしておく。
- ・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。前髪も全部、頭おおいの中に!

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
- ・O・・・処置歯
- ・CO・・・むし歯になり
そう歯（要観察歯）
- ・X・・・抜く必要がある乳歯
（要注意乳歯）



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。



眼科検診

眼に病気や異常の疑いがないか調べます。

- ・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



尿検査

腎臓に病気や異常の疑いがないか調べます。

- ・起きて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。
- *尿検査の日程はまだ決まっています。決まりましたら、お知らせします。

心臓検診

心臓に異常の疑いがないか調べます。

- ・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。