

ほけんだより



令和7年5月
健康診断特別号
保健室No.2

健康診断がはじまります。健康診断は、みなさんが毎日学校に来て勉強をしたり友達と遊んだりできるように、「病気がないか」、「生活で注意するところはないか」、「問題なく成長できているか」などを確認する大切なものです。ただ検診を受けるだけではなく、どんなことを調べるのか、今の自分がどういう状況なのかを知って、健康でいるための手がかりにしてもらえたらうれしいです。おうちの人と一緒に持ち物なども確認しましょう。

健康診断の日程

※身体計測、視力検査、聴力検査は4月で終了しています。

月 日 (曜日)	時 間	項 目	対 象	場 所
5月8日(木)	13:00~	内科検診	全校児童	ランチルーム
	9:00まで受付	尿検査	全校児童	
5月12日(月)	9:00~	耳鼻科検診	全校児童	ランチルーム
5月21日(水)	13:30~	眼科検診	全校児童	ランチルーム
5月23日(金)	9:00まで受付	尿検査	1回目未提出者	
6月4日(水)	8:45~	心臓検診	1年生・4年生	生活科室
6月12日(木)	9:00~	歯科検診	全校児童	ランチルーム
7月上旬	はつらつ・昼休み等	色覚検査	4年生 (希望者)	保健室

※尿検査3回目以降は対象児童にのみお知らせします。※色覚検査の希望調査は6月中旬ごろに行う予定です。



学校医(内)

真木クリニック

真木 照文 先生

学校医(眼)

堀眼科クリニック

堀 秀行 先生

学校医(耳)

済生会宇都宮病院

新田 清一 先生

学校歯科医

あくつ歯科医院

阿久津 伸明 先生

学校薬剤師

ピノキオ薬局

吉澤 知美 先生

かくしけんしん 各種健診について

ないかけんしん 【内科健診】

しんぞう はい うんどうき しょうたい えいようじょうたい しら
心臓、肺、運動器の状態や栄養状態を調べます。

ふく そ う いつも通りの服（検診時肌着はズボンから出して検診をしやすいようにします。）

ちようしんき しんぞう おと き ようふく おね も あ
○聴診器で心臓の音を聞くときに、洋服を胸のあたりまで持ち上げます。

いふく かいじょ ようごきょうゆ じょせいきょうしよくいん おこな
○衣服の介助は、養護教諭または女性教職員が行います。

せぼね しょうたい み ようふく せなかがわ も あ
○背骨の状態を見るため、洋服の背中側を持ち上げます。



※プライバシーに十分配慮いたしますが、事前に心配なことがございましたら、学級担任または養護教諭までお知らせください。

がんかけんしん 【眼科健診】

め びょうき しら
目に病気がないか調べます。

まえがみ なが ばあい
○前髪が長い場合はピンでとめるなどし、目にか
からないようにしましょう。

はや
○スピードが速いのでなるべく
つめるようにしましょう。



じびかけんしん 【耳鼻科健診】

みみ はな びょうき
耳、鼻、のどに病気がない
か調べます。

けんさ ぜんじつ みみ そうじ
○検査の前日には、耳の掃除を
してきれいにしておきましょう。

みみ かみ ひと たいき あいだ みみ
○耳に髪のかかる人は、待機している間に耳
の後ろにかけて待ちましょう。



しかけんしん 【歯科健診】

は しにく くち なか けんどう
歯や歯肉など、口の中が健康か
しら
調べます。

ちようしよくご は
○朝食後、ていねいに歯みがきをしましょう。

けんしん じ くち おお あ
○検診時は、口を大きく開けましょう。



にょうけんさ 【尿検査】

じんぞう びょうき しら
腎臓に病気がないか調べます。

あさお あと ちゅうかんによう さいによう
○朝起きた後、すぐにトイレで中間尿を採尿し
ましょう。

○トイレに行ってからねるようにしましょう。

○ねるまえにジュースやビタミンCをとらないよう
に注意しましょう。

しんぞうけんしん 【心臓健診】

しんぞう いじょう しら
心臓に異常がないかを調べます。

ふく そ う はんそで ・ ハーフパンツ（体育着）

※上半身は下着着用。器具に衣服が当たると正しく記録ができないので、
むねの上まで衣服を上げ、検査器具をつけます。

けんさちゅう た ほか じどう けんさ ようす み
○検査中はついたてを立て、他の児童から検査の様子が見えないようにします。

けんさだい よこ からだ ちから けんさ ぎし し じ き
○検査台に横になったら、体の力をぬき、検査技師さんの指示をよく聞きましょう。

しんでんず しんおんず きろく てくび あしくび けんさきぐ
○心電図・心音図を記録するため、手首・足首・むねに検査器具をつけます。



けんしん
健診のイメージ