ほけんだより



令和8年4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だち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。

けんこうしんだん にってい 健康診断の日程

※身体計測，視力検査，聴力検査は4月上旬で終了しています。

月　日（曜日）	時　間	項　目	対　象	場　所
4月30日（木）	9:00～	心臓検診	1年生・4年生	図書室
5月11日（月）	13:00～	耳鼻科検診	全校児童	ランチルーム
5月14日（木）	13:00～	内科検診	全校児童	ランチルーム
6月3日（水）	13:30～	眼科検診	全校児童	ランチルーム
6月18日（木）	9:00～	歯科検診	全校児童	ランチルーム
5月15日（金）	1時間目前まで	尿検査	全校児童	
5月26日（火）	1時間目前まで	尿検査	二次対象者	
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月下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

かくしんけんしん
各種健診について

※は保護者の方へのお知らせになっていますのでお読みください。

【内科検診】　心臓，肺，運動器の状態や栄養状態を調べます。

服そう　体育着…半そで・ハーフパンツ（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。）

○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。

○背骨の状態を見るため，洋服の背中側を持ち上げます。



※衣服の介助は，養護教諭または女性教職員が行います。

※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。

【眼科検診】　目に病気がないか調べます。

○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。

○進むスピードが速いのでなるべくつめるようにしましょう。



【耳鼻科検診】　耳，鼻，のどに病気がないか調べます。

○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。

○耳に髪のかかる人は，耳の後ろにかけて待ちましょう。



【歯科検診】　歯や歯肉など，口の中が健康か調べます。

○朝食後，ていねいに歯みがきをしましょう。

○検診時は，口を大きく開けましょう。

※グローブは一人一人変えます。



【尿検査】　腎臓に病気がないか調べます。

○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ましましょう。

○ねる前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。



【心臓検診】　心臓に異常がないかを調べます。

服そう　体育着…半そで　・　ハーフパンツ

○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します。

○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

○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。

※下着着用可。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。



検診のイメージ