

# 健康診断がはじまります！

## ◆なぜ健康診断をするの？

### ① 自分の身体を知る。

自分の身体の成長や、どこか具合が悪いところがないか、知ることができます。

### ② 病気の早期発見・早期治療

さまざまな検査を通じて、具合のよくないところを早く見つけることができます。また、早く治療することにも繋がり、病気の悪化を防ぐことができます。

### ③ 健康を意識するきっかけに！

普段から自分の身体について考え、大切にすることで身体を健康に保つことができます。健康診断を受けることは、自分の身体に関心をもつきっかけになります。

**身長・体重 身体測定**  
去年と比べてどれくらい大きくなったかな？  
太りすぎや痩せすぎではないかな？

**目 眼科検診、視力検査**  
見えづらくなっていないかな？  
目の病気はないかな？

**耳・鼻 耳鼻科検診、聴力検査**  
聞こえづらくなっていないかな？  
病気の疑いはないかな？

**おしっこ 検尿**  
おしっこに病気のサインが隠れていないかな？

**歯 歯科健診**  
歯やあご、歯並びや噛み合わせの状態は？  
むし歯や歯肉炎などはないかな？

**心臓・肺 内科検診**  
からだの中の病気はないかな？

**骨・関節 運動器検診**  
動きの悪いところや痛みはないかな？  
背骨や肩のゆがみはないかな？

**朝いちばんのおしっこをとってください！**

それぞれの健康診断がはじまる前に、必ず保健だよりで持ち物や注意点をお知らせしますので、保健だよりをよく読んで、準備をしっかりとってください！



## 健康診断の結果が来たら…

健康診断では、「病気の疑いのある人」にお知らせします。お知らせをもらった人は、病院などの医療機関で詳しく診てもらってください。

学校での健康診断は、スクリーニング（病気の疑いのある人を見つけ出すもの）なので、受診の結果「異常なし」と診断されることもあります。

むし歯や視力低下、アレルギー性鼻炎などをそのままにしておくと、集中力の低下に繋がり、授業に集中できなかったり、不注意からくるけがが起きたりと、学校生活に影響が出てきます。

そのままにしておかず、すぐに対処をすることが大切です。

健康診断で何か異常が見つかった人は…

家の人にきちんと報告しましょう。  
(結果のお知らせをプリントにしてお届けしますので、必ず見せるようにしましょう。)

早めに病院へ行って、検査・治療を受けましょう。

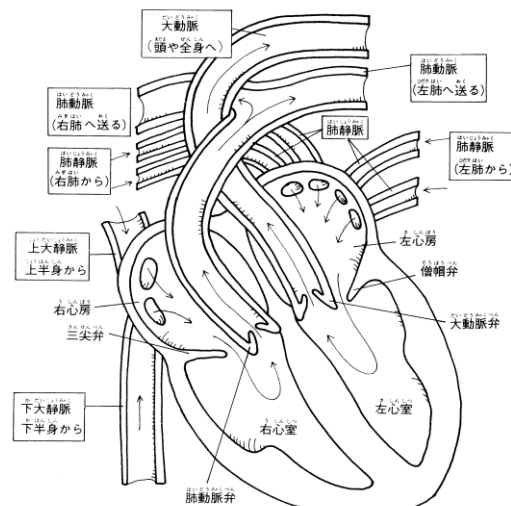
お願います…

# 明日14日(木)は心臓検診です

## 全身に血液を送り出す心臓！

心臓は、右心房・右心室・左心房・左心室と4つの部屋に分かれています。丈夫な筋肉で出来ていて、大きさは、にぎりこぶしよりも少し大きい位です。場所は、胸の中心の少し左寄りにあります。

自分の胸に手をあててみると、「ドキ、ドキ」と心臓の鼓動を感じることができます。これは、「鼓動」といって、心臓の「左心室」という所から全身へ血液を送り出している証拠です。また、血液だけでなく沢山の酸素や栄養を体中に送り出しています。日頃から運動をすることによって、心臓を鍛えておくことが大切です。



## 上手な検診の受け方

### ◆ 検査日時

4月14日(木)  
9時00分から

### ◆ 検査対象者

1年生全員と  
他学年の対象者

### ◆ 検査場所

被服室


### ◆ 注意事項

- \* 体育着登校になります。
- \* 検診時は必ずマスクを着用してください。
- \* 被服室内、待機中は静かにしてください。
- \* 検査場所では、係の方の指示に従いましょう。

**心臓**の病気や異常はないかを調べます

**心臓**の音や動きを電波で調べます

**心電図検査**の受け方



① ベッドに横になります

② 手首・足首・胸に器具をつけてもらいます

③ ダラ(ふる)と力を抜いて動かない

検査中、緊張して力を入れてしまうとうまく結果が出ません。リラックスをして受けるようにしましょう。