

# ほけんだより

しんねんど はじ  
新年度が始まりましたね。みなさん、どんな春休みを過ごしましたか？これからもしっかり生活  
しゅうかん ととの てあら  
習慣を整え、手洗いをし、けんこう いちねん す  
健康に一年を過ごしましょう。



よしだせんせい やす あいだ  
吉田先生がお休みしている間、  
ほけんしつ がっこうせいかつ  
保健室でみなさんの学校生活をサポートしていきます。  
ねんかん ねが  
1年間よろしくお願いします。

## けんこうしんだん 健康診断について

4～6月にかけて、いろいろな検査や検診があります。来週からは、学校医の先生の検診も始  
まります。そこで、みなさんにおねがひがあります。

- 記録をまちがえないように、名前をはっきりと言ってください。
- 髪の毛の長い人は、検診の日には、まとめたりピンでとめたりして、すっきりした髪型にしてください。
- 提出物 は忘れずにもってきてください。

ほけん かんけい にってい か  
※保健関係の日程も書いてあるので  
よくご確認ください。

## ほけんしつりよう 保健室利用のやくそくについて

- ・保健室へ来るときは、必ず担任の先生へ伝えてから来てください。（専科の授業は専科の先生）
- ・付き添いは、保健係か保健委員の人1名までです。
- ・傷口はよく洗ってから来てください。
- ・保健室の先生がいないときは、担任の先生に手当てをしてもらってください。
- ・子供だけでは保健室に入りません。



# お家のかたへ

検診や検査が終わりましたら、必要な人に「結果のお知らせ」をお渡しします。受け取られましたら、速やかに医療機関を受診していただき、下部の「受診報告書」を担任へ提出してください。なお既に定期的に通院している場合等は、その旨を保護者の方が「受診報告書」に記入し、提出していただいても構いません。

## けんこう ささ しょうかい 健康を支えてくださる校医の先生を紹介します。

内科	田村 慎悟先生（田村医院）	TEL	3996-0434
眼科	三輪 三千子先生（みわ眼科）	TEL	6915-9290
耳鼻科	加藤 央先生（武蔵関かとう耳鼻咽喉科）	TEL	6904-8033
歯科	金田 和彦先生（たんぽぽ歯科クリニック）	TEL	5387-6480
薬剤師	服部 郁子先生		

れいわ ねんど ていきけんこうしんだん ほけんぎょうじ  
**令和5年度 定期健康診断・保健行事**



☆保健関係書類配布・提出日

- ・ 1年生（保健調査票・結核検診問診表・心臓病検診調査票）  
 →配布・・・4月6日（木） 提出・・・4月10日（月）
- ・ 2年生以上（保健調査票・結核検診問診表）  
 →配布・・・4月7日（金） 提出・・・4月10日（月）

※保健調査票は、進級後の学年欄への記入と、緊急連絡先などの加除修正をお願いします。

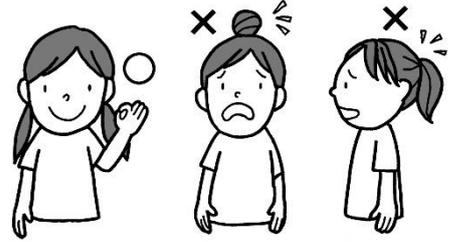
月	日	曜	項目・学年	時間	場所
4	10	月	身体計測(全学年) 視力検査(2～6年)	8:50～	体育館
	11	火	聴力検査(5年)	午前中	保健室
	12	水	聴力検査(3年)	午前中	保健室
	13	木	聴力検査(2年)	午前中	保健室
	14	金	歯科検診(2・4・6年)	8:50～	わかたけ
	18	火	聴力検査(1年)	午前中	保健室
	19	水	耳鼻科検診(全学年)	8:50～	わかたけ
	20	木	視力検査(1年)	午前中	保健室
			眼科検診(全学年)	8:50～	わかたけ
21	金	心臓検診(1年、転入生)	8:50～	家庭科室	
5	2	火	内科検診(2・4・6年)	13:30～	保健室
	9	火	腎臓検診(全学年)	8:50までに提出	保健室
	12	金	歯科検診(1・3・5年)	8:40～	わかたけ
	16	火	腎臓検診予備日	8:50までに提出	保健室
	19	金	内科検診(1・3・5年)	13:30～	保健室
	30	火	腎臓検診2次(対象者、未提出者)	8:50までに提出	保健室
6	16	金	歯科染色テスト(3・4年)	午前中	家庭科室・体育館
9	8	金	移動教室事前検診(6年)	13:30～	保健室
10	13	金	移動教室事前検診(5年)	13:00～	保健室
11	17	金	RD検査(5年)	8:50～	各教室

# けんこうしんだん う かた 健康診断の受け方

しんたいけいそく

## 身体計測 <10日(月)全学年>

- ① 体育着で測ります。上着やくつ下は教室でぬいでおきます。
- ② 足元の目印にそって、前後で間隔をあけて並んでください。
- ③ かみの毛の長い人は、頭の上や後ろでむすばないかみがたにしてください。
- ④ 「きろくカード」を持って、ならんで体育館に行きます。おしゃべりをせず、前の人のやり方をよく見てみましょう。
- ⑤ はかったら係の先生が「きろくカード」に記入します。



### そくてい じゅんぱん 測定する順番



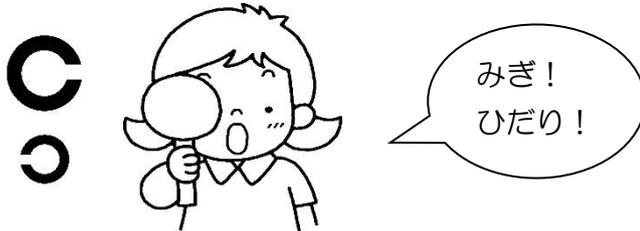
すべて終わったら、「きろくカード」を担当の先生に渡してから教室へ戻ります。

## しりょくけんさ 視力検査

<10日(月)2~6年生 20日(木)1年生>

みぎめ けんさ  
右目から検査をします。

- ① 両目を開けたまま、左手で左目をそっとおおいます。
  - ② 前の方に視力計があり、黒い輪が出ています。その輪の切れているところを答えます。
- \* よく見えない時は「わかりません」と言ってください。右目が終わったら、左目もやります。
  - \* メガネをかけている人は、最初にはずして検査をし、次にメガネをかけて検査をします。



## ちゅうりょくけんさ 聴力検査

<11日(火)5年生 12日(水)3年生 13日(木)2年生 18日(火)1年生>

※4・6年生はなし

みぎみみ けんさ  
右耳から検査をします。

- ① 耳に受話器(レシーバー)をあててください。
  - ② 2種類の音を出すので、聞こえたら手をあげてください。
- ひだりみみ おな  
左耳も同じように検査します。



## し か けんしん 歯科検診 〈14日(金)2、4、6年生 5月12日(金)1、3、5年生〉

し か けんしん は は けんこう じょうたい  
歯科検診では、歯や歯ぐきが健康な状態であるか、歯こうや歯石が  
たまっていないか、歯のかみあわせや、あごの状態が正常かどうか  
などについて調べます。歯科医の先生が、きちんと調べることができるように、検診の前に、しっ  
かりと歯をみがいて、食べかすなどのよごれを落としておきましょう。



けんしん まえ

## がん か けんしん 眼科検診 〈20日(木)全学年〉

しりょくけんさ は み かんた しら たい  
視力検査は「見え方」を調べるのに対して、がんか けんしん  
目（ひとみや白目の部分）やまぶたの裏側などを片方ずつ見て、目の  
びょうき しりょく  
病気や視力にえいきょうをあたえる目の異常がないかどうかを  
しら けっか し  
調べます。結果のお知らせをもらった人は、  
すいえいしどう はし まえ ちりょう  
水泳指導が始まる前に治療しておきましょう。



## じんぞうびょうけんしん にょうけんさ 腎臓病検診(尿検査) 〈5月9日(火)全学年〉

おしっこ(尿)は、血液中のいらなくなったものを材料にして、じん臓でつくられたもので  
す。そして、じん臓から尿管を通して、ぼうこうにたまり、体の外に出されます。

おしっこを調べることで、じん臓が健康かどうかを調べることができます。

### にょうけんさ 尿検査をする前に

ぜんじつ  
前日

・ビタミン入りの  
ジュースなどは  
飲まない



ゆうしょくご に、はげ  
夕食後に、激し  
い運動はしない



とうじつ  
当日

①目が覚めたら、  
すぐに尿をとる



②出始めの尿は  
なが流してから、  
さいしゅ採取する



③提出容器に移し  
て、ふたをしつ  
と



④尿をとりお  
えたら  
て手を洗う



※必ず、提出用の青い袋と容器に名前シールを貼ってください。

詳しくは容器等と一緒に配布される説明用紙を参照してください。