

ほけんだより

平成27年4月20日
練馬区立八坂小学校
ほけんしつ

おしっこ(尿)検査があります

いつやるの？

4月21日(火)

朝起きてすぐのおしっこをとる。

わすれないように、
トイレにおしっこけ
んさのどうぐをお
いておきましょう。

★どんなことをしらべるの？★

○おしっこをつくるじんぞうのびょうき はないか

【じんぞう】

ソラマメのようなかたちをしていて、大
きさは約10センチ。左右ひとつずつあ
る。体の中のいらぬものを、おしっこ
して出す(1日1リットル~1.5リットル
くらい)

○おしっこをためるぼうこうのびょうき はないか

【ぼうこう】

筋肉のふくろでできていて、おしっこを
ためておく。

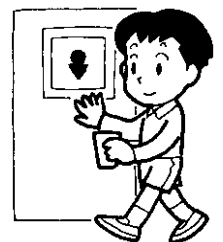
○とうによ**う**び**ょう**で**な**いか



おしっこは、からだのなかの、いらぬものでできているんだよ。
でも、びょうきがあると、たいせつなえいようまでおしっこといっ
しょにからだのそとにでちゃうんだ。

★おしっこをとるとき、気を付けること

- ①朝起きてすぐのおしっこをとる ②ではじめのおしっこはとらずに ③カフズにとったおしっこを
すて、とちゅうからカフズにとる チューズにすいとる



予備日(1次わすれの人)…5月11日(月) <事前に容器を配布します>

二次検査(1次検査で異常が見つかった人)…5月18日(月) 二次用の容器を渡します。

じび かけんしん 耳鼻科検診があります



耳あかを
とっておきま
しょう。

日時：4月22日（水） 全学年

けんこうしんだん

健康診断はなんのため？

【健康診断は、自分のからだをよく知り、自分で守っていくための大切な行事です】

はついくそくてい せいちょうき しんちょう たいじゅう じゅんちょう の
発育測定は、成長期にあるみなさんの身長や体重が順調に伸びているかを見るための
大切な検査です。身長が低くても、バランスよく伸びていれば大丈夫。平均身長に〇セン
チたりないなんて、気にしない！平均より高い人も低い人もいるから「平均」なんです。当
たり前だけれど。体重も、必要以上に気にしないでも大丈夫。太りすぎや、やせすぎの場合は、
きちんとお知らせしていきます。

なんとなく目が見えにくい気がするけれど…。という人、健康診断はチャンス！0.6以下
なら、黒板の字が見えにくいはずです。治療のお知らせをもらった人は、一度、眼科で正確な
視力を測ってもらいましょう。

このように、自分のからだとよく向き合い、健康な生活をおくる気持ちをもてるように、
これから続く健康診断をしっかり受けていきましょう。



お世話になる校医の先生方

【内科】

しぶや
渋谷 浩孝先生

渋谷医院

【耳鼻科】

やまぎし
山岸 茂夫先生

クリニカ氷川台
耳鼻咽喉科

【眼科】

もりかわ
森川 達也先生

森川眼科医院

【歯科】

まつもと
松本 大輔先生

松本小児歯科医院
※今年度より

【薬剤師】 河野 恵美子先生 ミドリファーマシー

八坂小学校開校以来、子ども達の歯の健康の維持増進にご尽力いただきました、
歯科校医の齋藤 尊先生は昨年度末でご退職となられました。長い間お世話になり
ました。今年度より、松本小児歯科医院の松本大輔先生が本校の歯科校医となられ
ましたのでお知らせいたします。