

ほけんだより 5日 特別号

健康診断は、まだまだ続きます！！

今回は、5月に行う7つの検診についてお知らせします。

視力検査

目が見えているかを調べます。

日にち: 5月2日(火): 1~3年生 5月8日(月): 4~6年生

どこが開いているか、答えよう

待っているときのぞき見はダメ！
低学年の人は、指で答えてね

1 左目をかくして、右目から調べます

2 右目をかくして、左目を調べます



● かくしている目はあけておきましょう ● 目を細めて見ないようにしましょう

色覚検査

色が見えているかどうかを調べます。

日にち: 5月9日(火) 学年: 4年生の希望者に実施します。

歯科検診

むし歯やかみ合わせなどをみる検査です。

日にち: 5月11日(木) 学年: 全学年

<歯科検診> 保健室

お医者さんから口の中を見てもらいます。

* 朝、しっかり歯みがきをしてきましょう。

<歯科保健指導> 図工室

正しい歯みがきのしかたを、
歯科衛生士さんにおしえてもらいます。

* 歯ブラシ・コップをもってきましょう。

尿検査

おしっこを調べます。

日にち: 5月15日(月) 学年: 全学年 朝おしっこをとって、学校に持ってきます。

* 前の日に、容器と一緒におたよりをだします。よく読んでください。

尿のとり方

朝起きて一番のおしっこをとります
最初に少し出してから、途中の尿を容器にとってください

前の夜 トイレに行ってから寝ましょう



忘れそうだからと前日におしっこをとってはダメ。

→ 正しく検査できないことがあります

歯周病になっていないかな?

歯周病って?
歯ぐきの炎症です。
放っておくと歯を支えている骨まで溶けてしまいます

あごの関節に異常はないかな?

歯並び・かみ合わせの異常はないかな?

歯みがきでようずに歯垢が取れているかな?

眼科検診

目の見え方や病気がないかを調べます。日にち:5月18日(木) 学年:全学年

- * 前がみの長い人は、ピンでとめるか、切ってきましょう。
- * めがねやコンタクトレンズを使っている人は、必ず持ってきましょう。
- * 検査の前は、目をこすらないようにしましょう。

て あら て
 ★手を洗ったきれいな手でじぶん
 のしたまぶたをさげます。

耳鼻科検診

みみ・はな・のどを調べます。日にち:5月19日(金) 学年:全学年

- * じゅんぱんがきたら自分のなまえを言い、マスクをはずします。
- ★ 右みみ → 左みみ → はな → のどの順番でけんさをします。

こんな順番で調べます

① 最初に耳を調べます



こんなことをみている

- 耳の中が赤くなったり、はれたりしていないか
- 耳の中がジュクジュクしていないか
- こまくはきれいか
- 耳垢はたまっていないか

② 次に鼻を調べます



こんなことをみている

- 鼻水が多すぎないか
- ねばりのある鼻水がでていないか
- 鼻づまりはないか

③ 最後に口を開けて、のどを調べます



こんなことをみている

- のどの奥が赤くなったり、はれたりしていないか

心電図検査

心臓がうごいているか調べるけんさです。

日にち:5月24日(水) がくねん:1ねんせい

- ・てにシールをはります。
- ・シールをけんさをしてくれるひとにみせて、じぶんのなまえをいいます。
- ・ベッドにすずかにのり、けんさのどうぐをからだにつけて、ねたふりをします。

ふくそう

★うんどうぎのはんそで・たんぱん ★くつしたはきょうしつでぬいでくる

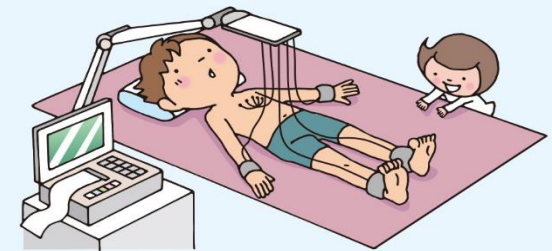
1

ベッドで横になります



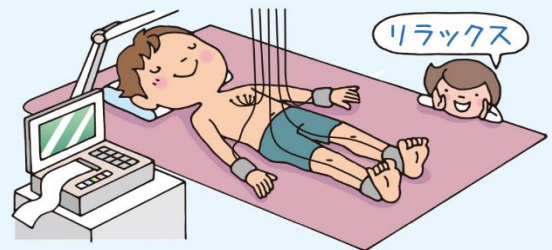
2

胸、手首、足首に器具をつけます



3

そのまますずかに待ちます



痛いもなし、ピリピリもしません。こわくないので、リラックスして受けましょう

ほかの人の検査中もすずかに待ちましょう