

ほけんだより 5月号

2021. 5. 6



身体測定や視力検査、歯科検診が終わりましたが、まだまだいろいろな健康診断は続きます。自分のからだのことに知るチャンスです。気になることや知りたいことがあれば、保健室に聞きにきてくださいね！

尿検査があります！

も 持ってくる日：5月10日（月）

出す場所：教室

（登校したらすぐ出しましょう）



容器は7日に持って帰ります。使い方は配布する容器の中書いてあります。

尿のとり方

正しくとらないと異常が出る場合があります

前日



ビタミン入りのジュースや薬などは飲まない

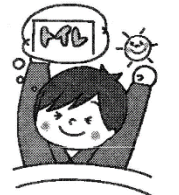


夕食後は、げしい運動はしない

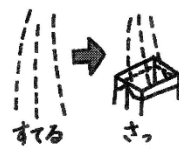


ねる前に必ずトイレに行っておく

当日



目が覚めたらすぐ尿をとる



出始めの尿は捨てる



容器に移して手をあらう



ふたはしっかりしめる

校医の先生方をご紹介します

今年度もお世話になります！

内科：上江洲 篤郎先生 歯科：名越 厚先生 学校薬剤師：長谷川 綾先生

ないかけんしん うんどうきけんしん 内科検診・運動器検診があります！

日時：5月17日（月）13:30～

場所：会議室 対象：全学年

上江洲医院より、上江洲篤郎先生に来ていただきます。



体に病気があるときのサインはわずかなことが多いので、体の専門家である内科の先生に調べてもらいます。

聴診器を使って

心臓の音や呼吸をするときの音をチェック

心臓病や心雑音などの病気がないか、呼吸器の病気・肺の感染症などがいないか調べます。



まぶたを裏返して

まぶたの裏側の色をチェック

貧血などではないか調べます。
※まぶたの裏側が白いときはその可能性があります。



背中にふれたり見たりして

背骨やろっ骨の形や大きさをチェック

背骨が曲がる病気（脊柱側湾症）などがいないか調べます。



皮ふをつまんだり見たりして

皮ふの色や脂肪の厚さをチェック

アトピー性皮膚炎などの病気にかかっていないか、また栄養不良や肥満傾向でないか調べます。



＜注意すること＞

- 検診の前日は、必ずお風呂に入り、からだを清潔にしておきましょう。
- 口の中も見られます。給食後は、ていねいにはみがきをしましょう。
- みてもらうときは、上半身はだかになります。女の子は呼ばれるまで、用意してあるバスタオルをおいて待ちましょう。

