

# ほけんだより

健康診断 特別号 2025年4月日  
上之郷小学校 保健室



4月10日から健康診断が始まります。みなさんの成長や健康のようすをするための測定や検査をおこないます。ひとと比べたりせず、自分のからだの成長を感じてくださいね。治療のおしらせをもらったら、早めに病院へ行きましょう。

## 健康診断、気をつけたいこと☆

### ◎健康診断を受ける時は...

- ★しずかに待つ、しずかに受ける。
- ★先生の話をよくききましょう。
- ★名前を呼ばれたら元気よくあいさつをし、終わったらお礼を伝えましょう。
- ★ひとの結果を、みたりきいたりしないようにしましょう。
- ★前のひとの動きをよくみて、すぐに動けるようにしましょう。



## 健康診断前に準備したいこと☆ おうちのひとと一緒に確認して、できているかチェックしよう!

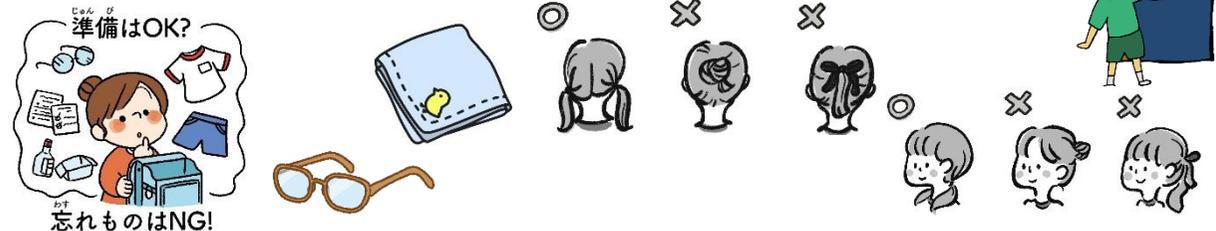
### ◎健康診断を受けるまえに...

- おふろでからだをきれいにできましたか?
- つめはのびていませんか? のびていたら、切れましたか?
- 耳そうじはできましたか?
- はみがきはできましたか?
- 服や下着に名前を書けていますか?



### ◎健康診断の日は...

- 2測定の日、測定に影響がない髪形にしましょう。  
ポニーテールやお団子などは、正確に身長の数値を測定することができません。
- 視力検査の日、きれいなハンカチと、必要なひとはめがねをもっているか、確認しましょう。
- 尿検査の前日は、ジュースなどはひかえましょう。朝いちばんの尿をとりましょう。



## 健康診断、どこを検査するの?

健康診断では、保健室の佐藤先生や、お医者さんなどがいろいろな検診、検査をして、からだの健康かどうかを調べます。

### 視力検査

目の見えかた

### 眼科検診

目や目のまわりのようす

### 聴力検査

耳の聞こえのようす

### 耳鼻科検診

耳・鼻・のどのようす

### 尿検査

腎臓病や糖尿病などが  
ないかどうかのチェック

### 運動器検診

手や足、骨・関節  
などのようす

### 2測定

身長・体重、  
成長のようす

### 歯科検診

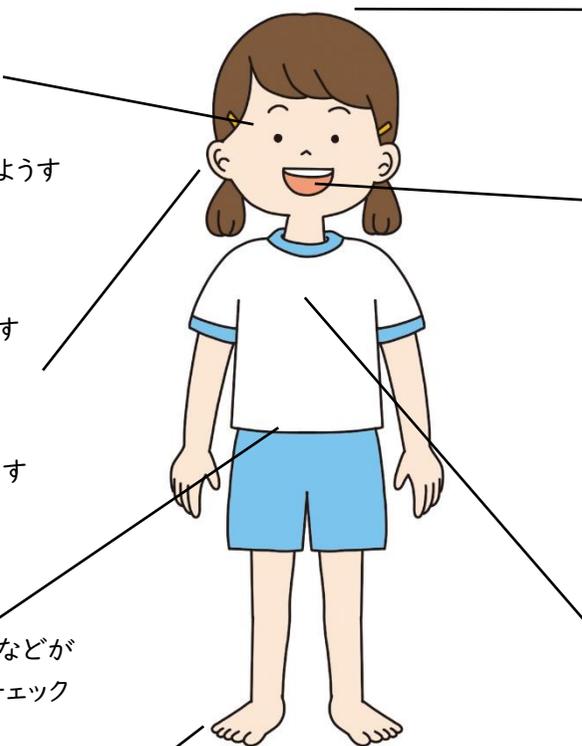
歯やあご、歯肉  
(歯ぐき)のようす

### 内科検診

心臓や肺、骨・  
皮ふのようす、  
栄養がとれているか  
どうかのチェック

### 結核健診

「結核」という  
病気のうたがいが  
ないかどうかの  
チェック



健康診断は、みなさんのからだかどのように、どれくらい成長したか、からだに異常や病気がないかを調べる大切なものです。健康診断の時は「ならんでしずかに待つ」、「校医の先生にあいさつする」などの約束を守りましょう。

## おうちの方へ

学校が始まるとすぐに健康診断が始まります。健康診断において、お子さまとひとつひとつ確認をしながら、準備をしていただくと幸いです。日程等については、ほけんだよりにてお知らせしますので、ご確認ください。