

# ほけんだより 4月

平成 28 年 4 月 11 日  
西脇中学校 保健室

進級おめでとう！ そして、新年度スタート！！

心地よい緊張感の中、新年度が始まりました。みなさんの表情も、いつもよりキリッと引きしまっているように感じます。

新しい出会いが多いこの時期は、ワクワクすることが多い一方、環境の変化から体調をくずすこともあります。早め早めの休養を心がけましょう。



## けんこうしんだん 健康診断が始まります

【健康診断の目的】… 健康診断の目的は3つ！



**知る**：自分の発育・  
健康状態を知る



**守る**：早期発見で  
早期治療開始



**育てる**：自分の健康を守り  
高める意識を育てる

【保健調査票・問診票】… 保健調査票は、あなたの体の大切な手がかりです。

★保健関係の書類提出は、2,3年生：4月14日(木)が〆切り日です。

保健調査表は、保護者の方と一緒に確認しながら記入しましょう！

保健調査票



みなさんの健康診断を担当して下さる学校医の先生方です！！

### ◎◎ お世話になる先生方

内科	中谷俊生・久岡宗宏	先生
歯科	山下邦彦・野上成樹	先生
眼科	小田盛司	先生
耳鼻科	竹井 慎	先生
薬剤師	榎谷 壮平	先生

よろしくお願ひします。



養護教諭の <sup>たきよしひろみ</sup> 滝吉博美 です。

2, 3年生のみなさん 今年も  
よろしくね！

毎日みなさんが元気に学校  
生活を送れるように  
サポートがんばります。



視力検査は4つの指標で表します

《平成28年度 健康診断予定》

\*身体計測・視力検査・聴力検査：4/13(水)



身長・体重



聴力検査は、  
1,3年生だけです。



メガネを普段  
使っている人は  
当日必ず  
持ってきてね。

A 1.0 以上	学校の生活をするのに十分な視力です	
B 0.7~ 0.9	黒板の文字を見るなど学校の生活には 困りませんが、定期的なチェックが必 要です	
C 0.6~ 0.3	教室の後方から 黒板の文字が見えにくい視力です	
D 0.2 以下	教室の前列でも 黒板の文字が見えにくい視力です	

\*眼科健診：4/15(金)

眼の病気やアレルギーは  
ないかを調べます。



【全学年】

\*耳鼻咽喉科健診：4/19(火)【1年のみ】

耳・鼻・のどの病気や異常がないかを調べます。



\*歯科健診

4/21(木)：2年と3年1~3組

4/28(木)：1年と3年4~6組

歯医者さんはこんなことを見えています

 CO むし歯になりそうな歯 C むし歯	 GO 歯ぐきの軽いはれや出血 G 歯肉炎・歯周炎
 あご、かみ合わせ、 歯並びの異常	 歯垢が残っている 歯石が沈着している

\*内科結核健診・運動器検診

4/20(水)：2年男子

4/25(月)：2年女子

5/2(月)：1年男子

5/12(木)：1、3年女子

5/19(木)：3年男子



内科の校医さんはこんなことを調べます

- ①心臓や呼吸器・肺に異常はないか
- ②栄養状態(貧血など)に異常はないか
- ③皮膚の状態に異常はないか
- ④脊柱・胸郭・四肢に異常はないか



\*早朝尿検査：腎臓病の病気はないか、糖尿病はないかを調べます。

5/24(火)、25(水)：1次検査

6/9(木)、10(金)：2次検査



尿に混じっていないか?

