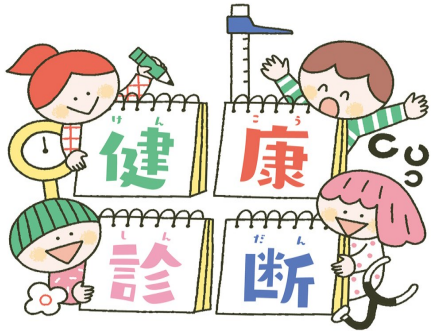


# ほけんたより5月

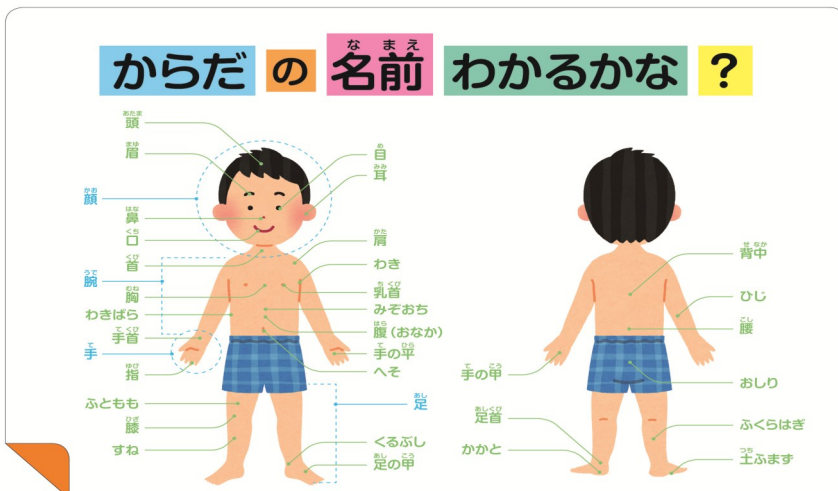
令和8年5月8日  
 ちがさきしりついまじゅくしょうがっこう  
 茅ヶ崎市立今宿小学校  
 ほけんしつ



No. 2

## けんこうしんだんとくしゅう 健康診断特集

ひ日	ようび曜日	けんしんめい検診名	1年	2年	3年	4年	5年	6年	ぽぷら	
1日	金	ちょうりよくけんさ 聴力検査			●					
7日	月	ちょうりよくけんさ 聴力検査		●						
8日	火	ちょうりよくけんさ 聴力検査	●							
12日	火	ちょうりよくけんさ 聴力検査							●	
13日	水	ないかけんしん 内科検診		●	▲					
14日	木	にょうけんさいちじ 尿検査一次	●	●	●	●	●	●	●	
20日	水	ないかけんしん 内科検診					▲	●		
21日	木	ないかけんしん 内科検診	●		▲					
22日	金	ないかけんしん 内科検診				●	▲			
27日	水	じびかけんしん 耳鼻科検診	●	← 対象者のみ →						
28日	木	にょうけんさにじ 尿検査二次	← 対象者のみ →							
29日	金	視力検査							●	



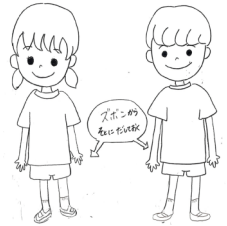
# ないかけんしん う かた 内科検診の受け方

けんさ ばしょ ほけんしつ  
検査する場所 保健室  
おおさこせんせい  
Dr・・・大迫先生  
まちだせんせい  
Dr・・・町田先生



## きょうしつ じゅんぴ 【教室で準備しておこう】

- ひるやす うえ たいそうぎ きが  
①昼休みまでに上だけ体操着に着替えておきます。
- うわぎ そと だ  
②上着はめくりやすいようにズボンやスカートの外へ出しておきます。
- うえ したぎらい ぜんぶぬ ねんせい まい よ  
\*上は下着類も全部脱ぎます。※5、6年生の女子のみ1枚までつけて良い。※キャミソールタイプ



## ほけんしつ なか ついたて はい 【保健室の中にある衝立に入ったら】

- うわぎ ぬ うわぎ くび じょうたい ま  
○上着のそでを抜いて、上着を首にひっかけた状態して待ちます。
- じゅんぱん  
○順番



むね おと  
①胸からの音

まえ む むね しんぞう  
前を向いて胸から心臓  
おと きいて  
の音を聞いてもらう。

せなか おと  
②背中からの音

うしろ む せなか しんぞう  
後ろを向いて背中から心臓  
おと きいて  
の音を聞いてもらう。

あし かたはば ひ りょうて  
③足を肩幅に開き、両手  
をあわせ、そのまま お  
じぎ

ま  
ひざは曲げない

て あ あたま ぎ  
手を合わせて頭を下げる

## どんなことをみてもらうの？

しんぞう はい  
心臓や肺

ちようしんき むね はい しんぞう  
聴診器を胸や肺にあてて、心臓  
おと いき  
の音のリズムや、息をしたときの  
はい おと いじよう しら  
肺の音に異常がないか調べます。

ひふのようす

いろ  
ひふの色やつやを  
みたり、ひふの病気  
(しっしんなど)が  
ないか調べます。

えいよう じょうたい  
栄養の状態

ふと  
やせすぎ、または太り  
すぎていないか調べ  
ます。

うんどうきけんしん  
運動器検診

ほけんちようさひようりめん  
●保健調査票裏面の  
『脊柱と四肢の  
じょうたい かくにん あ もの  
状態について』を確認して当てはまる物があれば  
○をしてください。

ないかけんしん とき せぼね じょうたい  
●内科検診の時に背骨の状態を  
かくにん  
確認してもらいます。

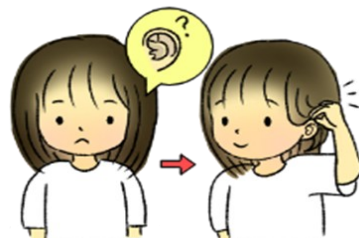
かいがいたいざいれき み かんせん かのうせい  
海外滞在歴などを見て、感染の可能性  
しら  
がないかを調べます。

けっかくけんしん  
結核検診

ほけんちようさひよう けっかく こうもく あ  
●保健調査票の『結核について』の項目に当てはま  
ること ばあい しるし  
る事がある場合は○印をつけてください。

# じびかけんしん う かた 耳鼻科検診の受け方

かみ なが ひと  
髪の長い人は  
だしてね



【じゅんぱおうちで準備してこよう】

みみそうじ  
\*耳掃除をしておこう

はな  
\*鼻をかんでおこう

みみ \*耳をみてもらうので、かみ け みみ髪の毛が耳にかかっている人は、  
と むす みみ みピンで止めたり、結んだりして耳がよく見えるようにしてくる。

かみ なが ひと  
髪の長い人はかならず  
やってきてね



けんさ ばしょ ほけんしつ  
【検査する場所】保健室

けんさ ひと ねんせい ぜんいん  
【検査する人】1年生は全員

6ねんせい せんせい こえ  
\*2～6年生は先生から声をかけられたひとだけうけます。自分でも忘れずに覚えておこう。

【ねんせい けんさ う ひと2～6年生の検査を受ける人】

せんせい \*先生から『耳鼻科問診票』を受け取ります。

がくねん \*学年でまとまっていきます。学年の先生と一緒に1階の廊下に向かいます。

けんさ と きいどう と き ろうか と き  
検査の時、移動の時、廊下にいる時、しずかにしてね



【ねんせい しょうじょうみてもらうじゅんばん】 \*2～6年生は、症状のあるところだけみてもらいます。

① ひだりみみ



② みぎみみ



いしや \*お医者さんのほうに耳をむける

③ はな



すこ うえ む はな  
\*少し上を向いて、鼻  
あな せんせいの穴を先生にみせる。

④ のど



いしや \*お医者さんのほうを  
む おおくち向いて、大きく口をあける。

ほけんしつ はい  
保健室へ入っ  
たら・・・

- まえ ひと うご  
① 前の人動きをみながらすすんでください。  
② みみ・はな・のどのじゅんばんでみてもらってください。  
じぶん きょうしつ もど  
③ 自分の教室へ戻ってください。

# ちょうりよくけんさ う かた 聴力検査の受け方

みみ  
耳そうじを  
わす  
れずにしてこよう



けんさばしょ ほけんしつ  
検査場所は保健室です。

- けんさ ふたり おこな  
○検査は二人ずつ行います。  
まえ ひと お なまえ い すわ  
○前の人が終わったら、名前を言ってから座ってください。

みぎ みみ  
①右の耳にしっかりと  
シーバーをあてます。



ひだりて あいず  
②左手に合図のボタン  
を持ちます。



おと  
③「ピー」という音が  
聞こえたらボタンを押  
します。音がしている  
あいだ お つづ  
間は、ずっと押し続け  
ます。



ひだり みみ おな  
④左の耳も、同じよう  
に検査します。



- たか おと ひく おと しゅるい おと き  
○高い音と低い音の2種類の音が聞こえます。  
き とき なに  
○聞こえない時は、何もしません。  
ま ひと しず ま  
○待っている人は、静かに待ちます。



## ★やくそく★

\*おしゃべりをしないで待ちます。

ちい おと き ぜったい  
※とても小さな音を聞くので、おしゃべりは絶対  
けんさ ひと ただ  
にしないでください！検査をしている人が正しく  
き と ひと めいわく  
聞き取れなくなってしまうます。人の迷惑になる  
ことはしません。

じゅぎょうちゅう きょうしつ もど  
\*ほかのクラスは授業中です。教室に戻るとき  
ともだち  
も、友達とおしゃべりしません。

