



★おうちのひとと
いっしょによみましょう。

長久保小学校 保健室
No.2 令和8年5月1日

暑いぐらいだなという日と、肌寒いという日がバラバラにやって来て、服の調整が難しくなってきましたね。気温の差が大きいと、体がついていけず、かぜをひいてしまったり、元気が出なくなったりしてしまいます。上着を用意して、暑くても寒くてもだいじょうぶなようにしましょう。

また、5月はこれまでがんばってきた疲れが出てくる時期です。おうちでゆっくり好きなことをして休む時間を作ることができるといいですね。

けんこうしんだんよてい 5月の健康診断予定

	1年生	2年生	3年生	なかよし	4年生	5年生	6年生
5月 7日(木)	がんかけんしん 眼科検診 8:50~						
	にようけんさ よびび ようきはいふ 尿検査(予備日) 容器配布 ★1回目の検査で未提出の人のみ						
8日(金)	にようけんさ よびび みていしゅつ ひと 尿検査予備日(未提出の人のみ) ★朝のうちに、学級担任か保健室に直接提出する。 ★目指せ全員提出!						
11日(月)	しかけんしん 歯科健診 9:00~						
15日(金)					しかけんしん 歯科健診 9:00~		
21日(木)	ないかけんしん 内科検診 13:30~		ないかけんしん 内科検診 13:30~				
26日(火)	しんぞうけんしん 心臓検診 9:10~						
28日(木)		ないかけんしん 内科検診 13:30~		ないかけんしん 内科検診 13:30~			

- すべての健康診断の結果が揃いましたら、結果の一覧を配付する予定です。
- 受診が必要な児童へのお知らせは、検診が終わり次第順次お渡しします。

けんこうしんだん これで健康診断はバッチリ!



しかけんしん 歯科健診



くち
口の中や歯が健康かどうかを
しら
調べます。

★当日の朝は、家でしっかり歯みがきをしてきましょう。

がんかけんしん 眼科検診



め びょうき
目に病気がないかを調べます。

★自分で下まぶたを下げる練習をしましょう。

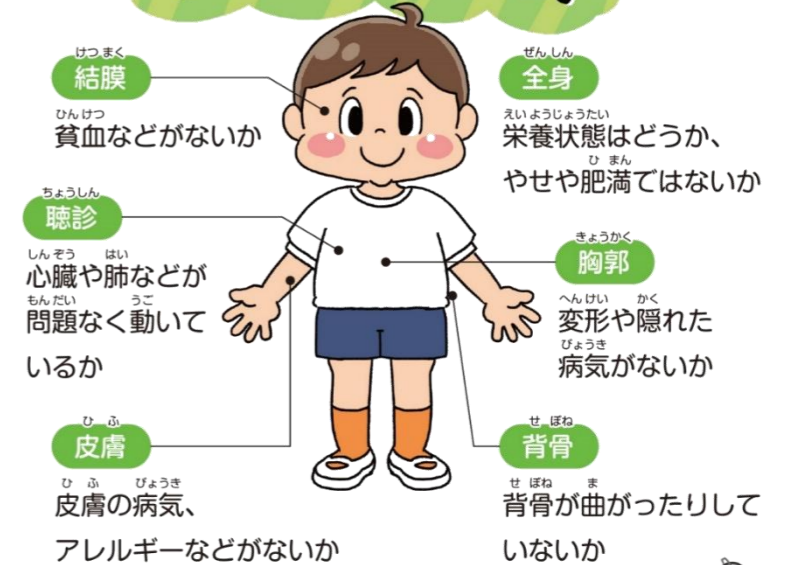
★めがねを使っている人は、はずして検査を受けます。

ないかけんしん 内科検診

- ★体育着、短パンで行います。
- ★聴診器で、心臓や肺の音を聞いたりします。

※5・6年生は6月に行います。

内科検診で 何が分かるの?



- 内科検診では、カーテンの仕切りの中で検査をします。他の子に体を見られることはありません。
- カーテンの仕切りの中には、検査をしてくれる学校医の先生と補助の先生がいます。補助の先生は、全員女性の先生です。
- 高学年女子の下着は、前に浮かせるようにして、聴診器で心臓の音を聞きます。服の上からだ心臓の音がはっきり聞こえないためです。
- カーテンの仕切りの中に着替え場所があります。安心して服を直し、外に出られます。
- 運動器の質問項目にチェックがあった児童は、上半身の服をすべてぬいで背骨の曲がりを確認することがあります。背骨や肩甲骨がよく見えるようにするためです。
- 内科検診は、心臓の異常や背骨が曲がってしまう病気(脊柱側弯症)などを早く発見し、早く治すためにとても大切な検査です。もし気になることがあれば、なんでも先生に相談してください。