

# ほけんだより 内科検診

No.10 令和5年6月28日

大柿中学校保健室

## 6月29日(木)内科健康診断 5・6時間目

	場所	検診医	順番
男子	保健室(右側)	芸南クリニック 平賀先生	2年→3年→1年
女子	保健室(左のベット側)	深江長坂医院 長坂先生	

※男子も女子も保健室で実施しますが、しきりがあり、お互い見えないので安心して下さい。



服装は体操服です。(休み時間に着替えておこう!)

検診の時、すぐに体操服のシャツを脱げるよう、準備をしておいてください。

①あいさつ お医者さんに『お願いします。』とあいさつしましょう。

②問診 自分の順番がきたら、マスクやメガネをはずしてください。

脱いだ体操服はカゴの中に入れ、お医者さんの方に向いていすに座ります。

みんなが出してくれた【保健調査票】と【結核の問診票】を見ながら、

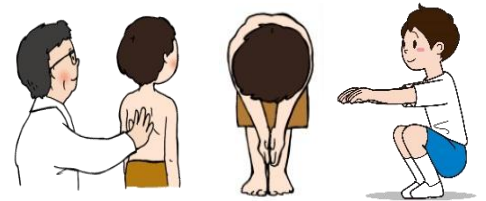
お医者さんが質問をされるので答えてください。また、自分のからだのことで心配なこと聞いてみたいことがあれば、お医者さんに聞いてみよう。



③視診・聴診 座ったまま、目、首、のど、心臓、皮膚などをみていただきます。

④姿勢検査 (運動器検診)

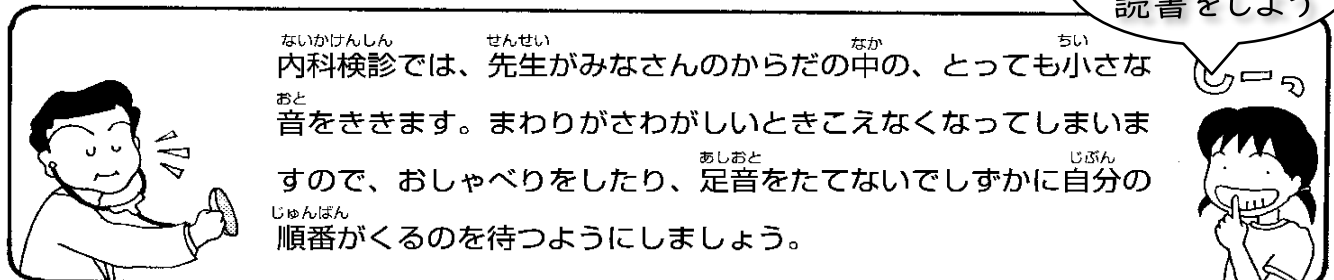
お医者さんに背中を向けて立ち、背骨をみてもらいます。前ならえの姿勢で手を合わせ、そのままおじぎをします。保健調査のチェックの有無により、四肢の状態をみていただきます。



⑤あいさつ 『ありがとうございました。』とあいさつしましょう。

待ち時間は  
読書しよう

ないかけんしん せんせい なか ちい  
内科検診では、先生がみなさんのからだの中の、とっても小さな  
おと  
音をききます。まわりがさわがしいときこえなくなってしまう  
すので、おしゃべりをしたり、あしおと  
足音をたてないでしずかに自分の  
じゅんばん  
順番がくるのを待つようにしましょう。





ないかけんしん  
内科検診の  
まえに...

# 自分でチェック!

おうちの人といっしょに  
(○)をつけてみましょう。

## せぼねチェック

( ) けんこうこつ  
たかさはおなじ?



( ) "こんにちは"をしたときの  
せなかのたかさはおなじ?

右と左のたかさがちがって  
みえるときは、せぼねがま  
がっているうたがいがあり  
ます…。

## ぜんしんチェック

( ) かおいろはいいですか?



( ) ぜいぜい  
していない?

( )  
むねのほね  
へんな形を  
していない?

( )  
ひふは  
カサカサ  
ポツポツ  
していない?

( )  
そのほか  
気になるところ  
はないですか?

## みやくはくチェック



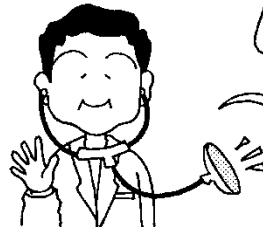
左の手のひらを上にむけ  
手首のおやゆびがわを  
右手のゆび3本で  
さわってみよう。



みやくはくの強さや  
リズム・数で心ぞうの  
ようすがわかります。

1分間で  
☆おとなは65~80回  
☆こどもは80~90回  
☆くらいです

( ) リズム正しく、とっくん とっくん  
しているかな。



検査の結果は  
どうなるかな~?

## 健康診断の 前日の約束

健康診断の前日は、  
お風呂に入ってからだを清潔にしておき  
ましょう。目的に合わせて耳をそうじしたり  
歯みがきをしていないにしたり... つめも  
きちんと切っておきましょう。  
そして体調を整えるために  
早く寝るようにしましょう。



## 健康診断の結果について

学校では病気の疑いのある人にお知らせを  
していますので、病院では「心配なし」と診断される  
こともあります。でも視力の低下など、毎年のことだから、  
わかっているから...とそのままにするのではなく、  
定期受診の目安としていただければと思います。

