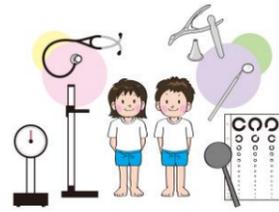


# からだから 健康診断号①

文教大学付属小学校 保健室 平成31年4月



毎年4～6月の時期には「健康診断」が行われます。健康診断では、いろいろな検診や検査、測定を通して、みなさんの体に病気や異常がないか、体はしっかりと成長しているかななどを調べるものです。とても大切な検査ですので、なんとなく受けるのではなく、「この検査は何を調べているのかな?」「昨年と比べて自分の体はどんなふうに成長したのかな?」というふうに自分の体のことをしっかりと考えながら受けるようにしてください。

## ★受診のおすすめをもらったら?



各検診や検査を受けた結果、病院への受診等が必要だった人には、お知らせが配られます。耳鼻科検診や眼科検診などで、お知らせをもらった場合、医師の診察を受け、異常がないと判断された場合に水泳活動などの行事に参加することができます。通知をもらった人は、早めに病院を受診してみてください。

## 《身体測定》

→身長がどれくらい伸びたか、体重がどれくらい増えたかを調べます。

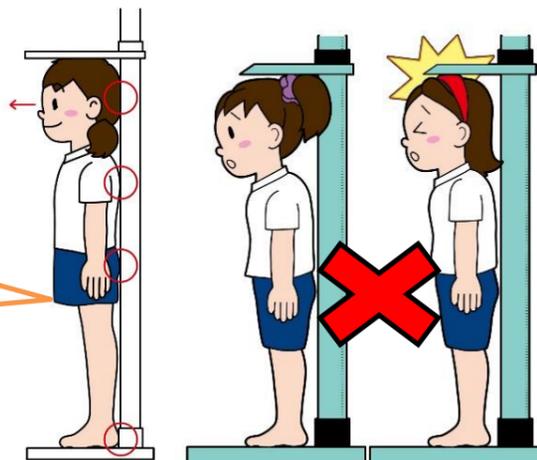
●4月5日(金) 2～6年生 1時間目から

### 【検診の受け方と注意事項】

①身長を測るときは、頭・背中・お尻・かかとを身長計にぴったりくっつけて、顎を少し下に引くようにする。目線はまっすぐ前を見る。

②体重計にのる時は静かにのる。

③女子は髪型に注意する!



女子は髪型に注意!

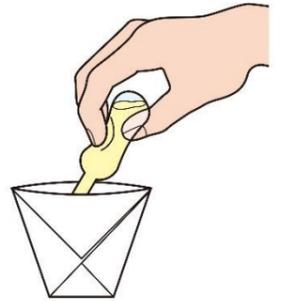
## 《尿検査》

4月10日(水) 回収 当日の朝しか回収できません!!

→尿検査ではおしっこをつくる工場「腎臓」に病気や異常がないかを調べます。

### 【検査の受け方】

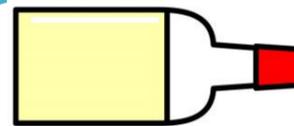
- ①朝起きたら、最初に出たおしっこをとる。
- ②シールに学年・番号などを記入して、おしっこを入れた容器に貼る。
- ③袋に学年・番号などを記入して、容器を入れて学校に提出する。



学年・組・番号、ふりがなをしっかりと書く!



※尿検査のセットは4月8日(月)に配布しますので、翌日持ってこないように気を付けてください。



### おしっこ工場について

おしっこは、「腎臓」という器官で作られます。腎臓は体のいらなくなった老廃物を含む血液をろ過して、老廃物を尿として体外に出します。さらに、きれいになった血液を心臓に戻す働きもあります。腎臓は、全身の臓器がうまく働くことができるように裏方として活躍しています。

腎臓に何かの病気や異常があると、糖やたんぱく、血液など、本来は尿の中に含まれるはずのないものや、含まれてはいけないものが混じってきます。

尿検査は、それを早くに発見することができる大切な検査です。

