

# ほけんだより

平成 30 年 4 月 9 日 (月)

NO.2

狛江市立狛江第一中学校

4 月～6 月にかけて健康診断のため、前もって準備をお願いすることが続きます。よろしくお願いいたします。

## 腎臓検診(尿検査)

腎臓などの働きを調べる検査です。



### スケジュール

**1 次検診 4 月 10 日 (火)** 予備日 4 月 11 日 (水)

1 次検査のみ、全員対象です。2 次、3 次が必要な人は連絡をします。

**2 次検診** 4 月 24 日 (火) 予備日 4 月 25 日 (水)

**3 次検査** 5 月 18 日 (金)

**4 次検査** 各自専門医へ

本日、尿検査の容器などを配布します。

**☆明日 10 日 (火)**

朝登校したら各クラスの回収袋に尿検体を提出し、名簿に〇をしてください。

**☆忘れた人は 11 日 (水)** に持ってきてください。

**袋と容器に名前を書くのを忘れないように！**

### 《尿のとりかた》

- ① 前の夜は排尿をして膀胱(ぼうこう)をからっぽに。朝起きて、最初にトイレに！  
朝、最初に出る尿は眠っている間に作られるため、水分摂取や運動などの影響がなく、正確に検査することが出来ます。
- ② 出始めの尿は少し流してからとる！  
出始めの尿には、尿の通り道や出口からの雑菌などがまじっています。正確な検査のためには、出始めの尿を少し流してから取るのが良いです。(中間尿といいます。)  
※詳しくは、尿検査の紙袋の裏面にある「～正しく採尿していただくために～」の注意事項をよく読んでください。

☆女子生徒へ☆ 事情により、今回、提出できない人は 4 月 24 日 (火) の二次検査の日に提出しても構いません。分からないことがあったら、保健室まで相談しにきて下さい。

### 提出物の確認を！！

**全学年** 9 日：「健康管理カード」 10 日：「尿検査」

**1 年生** 11 日：心臓検診・結核検診問診票

4月10(火)

1組:視力・聴力は後日

# 身体計測

## 視力検査・聴力検査(1・3年のみ)

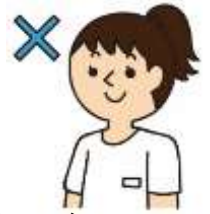
発育の様子を知るため、また視力・聴力の検査は学校生活を送るのに支障がないか確認します。

### ★服装・持ち物★

・男女ともジャージ登校  
(中は体操着、短パン)

・メガネ (使用している人のみ)

※正確に測定するために、髪の毛を頭の上や真後ろでは結ばないてください。



### ★聴力検査について★

1年生と3年生が実施します。2年生は検査しません。気になる人は直接、保健室まで申し出てください。

## 健康診断の決まりごと

### ★のぞかない

体や健康のことは大切な個人情報です。他の人の検査の様子や結果の書かれた紙はのぞいてはいけません。もしも見えてしまった場合は、絶対に他の人に言わないこと。必ず守ってください。



### ★からかわない

軽い気持ちで言った一言に傷ついている人がいるかもしれません。体や健康のことは決してからかってはいけません。

### ★比べない

体や健康の様子は、一人ひとり違って当たり前です。友達と比べて悩まないでください。個人に合った成長の具合があります。

### ★騒がない

健康診断では音が大切な役割をすることが多くあります。周りが騒がしいと大切な音や言葉が聞こえず、正しい検査が行えなくなってしまいます。



## 今年お世話になる、学校医の先生です。

内科	藤川 雅彦先生	藤川医院
眼科	鹿野 哲也先生	狛江眼科クリニック
耳鼻科	小林 健彦先生	こまえ耳鼻科クリニック
歯科	島田 陽一郎先生	島田歯科医院
薬剤師	遠藤 美智代先生	鎌倉ファーマシー



あいさつも忘れずに!

