

ほけんだより



令和4年4月19日
豊橋市立前芝中学校
NO.3

この頃、暑かったり寒かったりして、体調をくずす人が増えています。体調が悪い時は早めに寝るようにしましょう。元気な人は、引き続き規則正しい生活をしましょう。

まだまだ健診・検査が続きます。提出期限を守ったり、検査を受ける時は静かに行動したりしましょう。

4月・5月の健康診断

4月28日(木) 8:30～
全校

5月2日(月) 10:30～
1年生

5月10日(火) 朝 尿検査1次 全校

5月11日(水) 朝 尿検査1次予備日

6月 2日(木) 朝 尿検査2次 対象者

6月 3日(金) 朝 尿検査2次 予備日



歯科健診 4月28日(木)8:30～(全校生徒)

当日の朝、しっかり歯をみがいてくる。
静かに、健診を受けましょう。



心電図検査 5月2日(月)10:30～ (1年生)

5月2日(月)は、1年生を対象とした心電図検査を行います。1人1分ほどの検査ですので、緊張せずに、リラックスした状態で受けましょう。



服装 ー上下夏の体操服

検査の順番ー1組男子→1組女子→2組女子→2組男子

場所 ー家庭科室

*2-3年生も、検査があることを考えて、家庭科室前の廊下は静かに通行しましょう。

尿検査 5月10日(火)朝 (全校生徒)

5月10日(火)は、尿検査です。腎臓の病気を調べる大切な検査です。前日の5月9日(月)に容器を渡します。忘れずに提出しましょう。

【前日の準備】

家に帰ったらすぐに、尿検査セットをトイレに置いておこう！！

- ・ 薬やビタミン入りのジュースなどは飲まないようにしましょう。
- ・ 寝る前に必ずトイレに行っておこう。

【当日の朝】

起きたらすぐにトイレへ！！

- ・ 出始めの尿を少し流してから尿をとる。
- ・ 容器に移して、しっかりふたを閉める。
- ・ 氏名シールの貼ってある袋に入れて、学校へ。

【登校したら・・・】

保健委員さんが用意したビニール袋に提出し、名簿に○をうとう！！

【忘れてしまった人は・・・】

次の日の5月11日(水)に提出してもらいます。



※2日間とも忘れてしまったり、出せなかったりする人は、尿検査の2次検査の時、6月2日(木)に出します。(6月3日(金)が2次検査の予備日です。)

おうちの方へ

検査・健診後に、「検査結果のお知らせ」をお渡しします。受診・治療の状況を把握していきたいと思しますので、受診結果を記入し、学校へご提出ください。

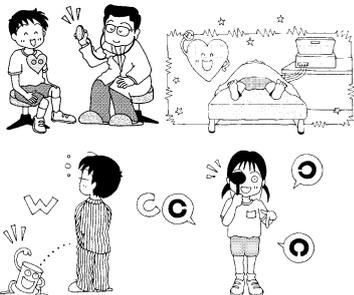


学校での健康診断はスクリーニング（疑わしいものを選び出すこと）です。実際に異常があるかどうか、また、その原因や治療法を知るには、医療機関での診察や検査が必要です。所見ありのお知らせを受け取った人は、速やかに受診しましょう。

健康診断は、なぜ大切??

4月から6月にかけて、様々な項目の健康診断を実施していきます。そこで、毎年聞こえてくるのが、「恥ずかしいから体重ははかりたくないなあ」「尿検査は面倒だから嫌だなあ」・・・などの声。健康診断は、自分のからだを大切にするための大事な機会です。ぜひ、検査を受ける度に、自分のからだをじっくりみつめて、成長や変化を感じる時間にしましょう。

発育の様子やからだの状態を知るためには、たくさんの項目が必要です！



自分では気づかない病気を見つけることができます！



自分のからだと向き合い、健康について考える貴重な時間です！

