

ほけんだより

あんさんぶる

令和元年5月22日

上美生小学校保健室 No.6

文責：遠藤 弥那

5月23日(木)は、

内科検診・結核検診・運動器検診

があります。



うける人： ぜんいん

会場： 保健室（うける前は、ろうかのいすにすわってまちます。）

時間： ごご2時からはじまります

ふくそう： 上は T シャツ1枚だけ（すぐおなかを見せられるように。）

うける順番： 1ねんせい → 2年生 → 3年生 → 4年生
→ 5年男子 → 5年女子 → 6年女子 → 6年男子

みてくださるのは、公立芽室病院の長谷先生です。

★長谷先生に、自分の名前を言って、あいさつをしましょう！

「(自分の名前)です。おねがいします。」「ありがとうございました。」

★保健室に入る前に、「健康診断事前調査票」と「結核に関する問診票」をわたします。それを、長谷先生に見せてください。

★“ちょうしんぎ”という道具をつかい、からだの中の小さな音を聞いています。
待っている人は、しずかに待つようにしましょう。

内科検診

お医者さんが、むね、せなかに“ちょうしんぎ”をあてたり、まぶたのうらがわを見たりして、こんなことを調べます。

- ①しんそうや はいに 病気がないか
- ②ひふの病気がないか
- ③ろっこつ（むねのほね）に いじょうがないか
- ④せぼねの病気がないか
- ⑤ひんけつ（血がうすくなる）ではないか
- ⑥えいようじょうたいや 成長のぐあいはどうか



◎ちょうしんぎをあてるとき、服をまくります。遠藤先生が手伝うこともあります。

◎前の日はお風呂に入って、からだをきれいにしておきましょう。

結核検診

「けっかく」という病気に
かかっていないか、しらべます。

みなさんのおうちのひとに書いて
もらった「問診票」と、お医者さんの
診察をもとに、くわしい検査が必要か
どうか、しらべます。

「結核(けっかく)」って？
結核とは、結核菌によっておこる、肺の病
菌がからだに入ると、かならず結核にか
かるわけではありませんが、日本では毎年
約3万人が新しく結核にかかっています。
お年寄りだけでなく、若い人もかか
ります。

運動器検診

骨や関節、筋肉などに、病気やいじょうがないか、しらべます。

おうちの人から「気になるところがある」と
言われた人だけ、検査をおこないます。



て

手あらい、できていますか？

そと ゆうぐ 外^{そと}の遊具^{ゆうぐ}であそべるようになったり、運動会^{うんどうかい}の練習^{れんしゅう}もいよいよはじまったりして、
そと で きかい おお 外^{そと}に出る機会^{きかい}が多^{おほ}くなったみなさん。手^てあらいを わすれずにできているでしょう
か？ いちど、手^てあらいのしかたを^{かくにん}確認^{かくにん}してみましょう！

て

いつもどうやって手をあらっていますか？

- ① ^{みず}水^{みず}だけでパパッとあらう
- ② せっけんをつけてパパッとあらう
- ③ せっけんをつけて^{じかん}時間^{じかん}をかけてあらう



じつはね、せっかく手^てをあらってくれても、
^{みず}水^{みず}だけだと、ばいきん^{ばいきん}がのこったままなんだ…

あのね、せっかくせっけんであらってくれても、
^{じかん}時間^{じかん}をかけてくれないと、
あらいのこし がたくさんあるんだ…



いつもていねいに手^てをあらってくれて
ありがとう！ ^{じかん}時間^{じかん}をかけてくれるから、よこれも
ばいきんもきれいに^お落^おちて、とってもきれいな^のの！

★めざせ、手あらいマスター★



その一、手^{いち}のこ^てう（つめのあるほう）・ゆびの^{あいだ}間^{あいだ}を、もみもみあらう！

その二、おやゆびは^{はんたい}反対^ての手^てでつかんで、くるくるとあらう！

その三、ゆびの^{さん}先^{さき}や、手^てのしわも^{わす}忘れ^{わす}ずに ごしごしあらう！

その四、手^{よん}くびも^てわすれないで！

^{はんたい}反対^ての手^てでつかんで、くるくるとあらおう！

その五、きれいに^{なが}あわ^{なが}を流^{なが}して、きれいなハンカチでふこう。



さあ、みんなで手^てをあらおう!!

