



# えがおのはな

令和3年  
4月12日  
南小学校  
保健だより

## 健康診断 受診心得

健康診断が始まります。  
保護者の方のご協力をお願いします。

- ★ 健康診断の日は、脱ぎ着のしやすい服装で登校しましょう。☆
- ★ 名札を忘れずにつけてきましょう。  
体操着の名前がついているか確認してください。
- ★ 靴下や下着、服に名前を書いておきましょう。
- ★ 健康診断の前日には、お風呂に入り、早く寝るようにしましょう。
- ★ つめ切り、歯みがき、耳掃除などをしてきましょう。



今週は視力・聴力検査があります。視力が片方でもB以下だったお子様、聞こえにくかったお子様には、治療のすすめの用紙をお渡ししますので、眼科、または耳鼻科を受診してください。特に視力については、小学生のうち視力が安定していないので、まず、眼科を受診し、なぜ視力が落ちているのかを診断してもらってください。早期に治療しないと治療効果が出にくい場合もあります。また、受診の結果を学校にお知らせください。



### \*\*\* 問診票の提出にご協力をお願いします \*\*\*

#### ① 結核問診票

別紙の通り行います。別紙裏面の「問診票」にもれなく記入して提出してください。



1年生の問診票と  
2～6年生の問診票  
は、質問の数が違っ  
ています。兄弟姉妹  
で間違わないようご  
注意ください。

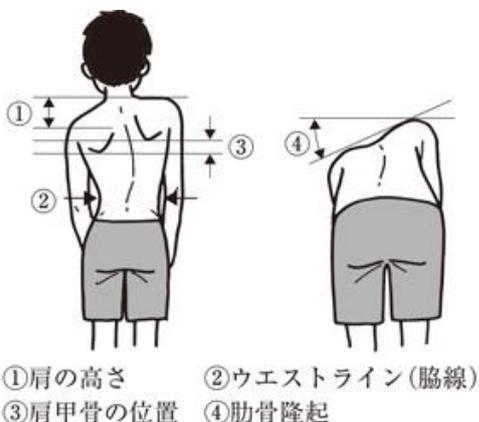
#### ② 運動器検診保健調査票

★運動器検診保健調査票の記入に当たっては、裏面を参考にしてください。

いずれも**4月15日(木)まで**にご提出ください。

## 【運動器検診保健調査票 観察のポイント】

ご家庭において、「運動器検診保健調査票」に基づいて、お子様の四肢の状態を観察してください。観察のポイントは、以下のとおりです。



- \* まっすぐ立った状態で、背中を観察します。
  - ・ 肩の高さに差はないか
  - ・ ウエストライン（脇線）に左右差はないか
  - ・ 肩甲骨の位置に差はないか
- \* 体の中央で手のひらを合わせて、まっすぐにおろして、前屈させながら観察をします。
  - ・ 背中の肋骨の高さに左右差はないか
  - ・ 腰椎部の高さに左右差はないか

\* 腰を曲げたり、そらしたりした時に、痛みがあるかどうか



\* 片脚立ちで5秒キープした時に、体が傾いたり、ふらついたりしないかどうか



屈曲時の痛み

伸展時の痛み

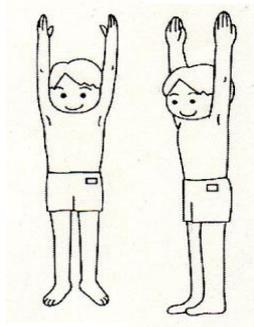
\* 足の裏を全部つけた状態で、しゃがみこむことができるかどうか（足は肩幅くらいに開いた状態でよいが、床にかかどがついていること）



片脚立ちすると、ふらつく（左右ともにチェック）。  
ふらつく。後ろに転ぶ。しゃがむと痛みがある。

両腕を伸ばすと、片方だけまっすぐ伸びない。

- \* 手のひらを上に向けて、腕をまっすぐに伸ばすことができるかどうか
- \* 肘を曲げて肩をさわることができるかどうか



\* 両腕を上げた時に、両腕が耳につくかどうか

\* 病院で診断されている、通院治療中なども書いてください。