



えがおのはな



令和4年
4月11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。



【視力・聴力について】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

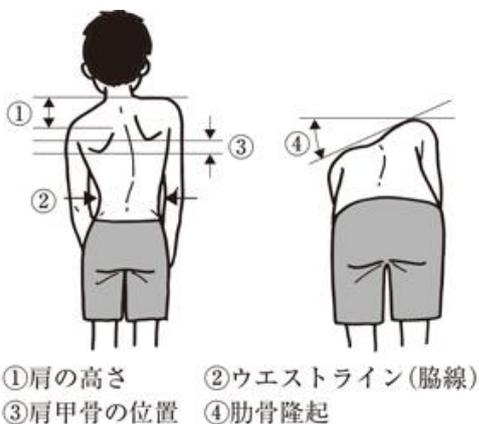
- ★ 運動器検診保健調査票の記入に当たっては、裏面を参考にしてください。
- ★ 運動器検診保健調査票をもとに校内でスクリーニングし、心配なお子様は内科検診で学校医に診ていただきます。学校医による診察を希望する場合は、その他の欄に書いてください。受診済みの場合は、主治医の指示に従ってください。

いずれも **4月14日(木)まで**にご提出ください。

よろしくをお願いします。

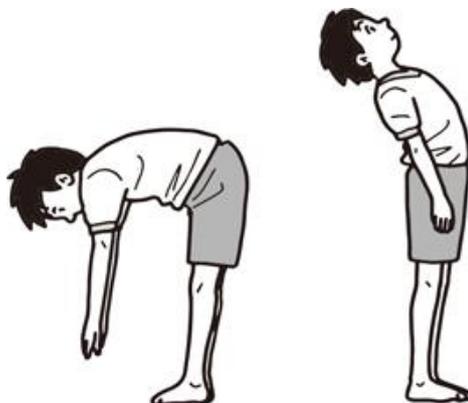
【運動器検診保健調査票 観察のポイント】

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



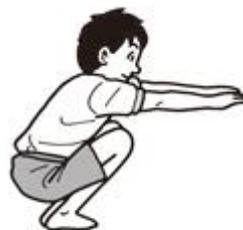
屈曲時の痛み

伸展時の痛み

* 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



片脚立ちすると、ふらつく（左右ともにチェック）。



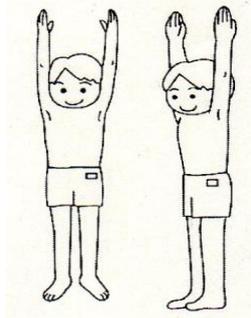
ふらつく。後ろに転ぶ。しゃがむと痛みがある。

* 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）



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。