

## 定期健康診断が始まりました!



新年度が始まって、2週間。緊張も少しほぐれてきたようですね。7年生の制服姿もずいぶんしっくり感じるようになりました。先日の身体計測、視力・聴力検査は、時間に余裕をもってスムーズに終了することができました。みなさんのご協力に感謝します。これからは、学校医の先生による検診や、外部機関による諸検査が予定されています。新型コロナウイルス感染拡大防止に努めながら実施していきます。ご協力をお願いします。

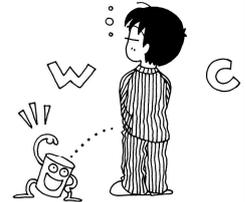
### 尿検査

4月20日(火) (予備日は4月27日)

(検査機関：瀬戸健康管理センター)

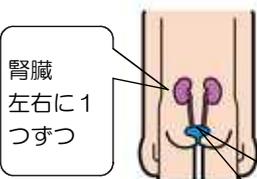
※回収日以外に持ってきた場合、受け付けることはできません。

- 名前シールには防水加工がしてありますが、尿を吸い上げる時にはなるべく濡らさないように注意してください。



#### <何を調べるの?>

(背中側から見たところ)



腎臓の働きが正常かどうかおしっこで検査します。

腎臓は、血液をろ過して、不要なものをおしっことして体外に出す働きをしています。おしっこの中に「糖」「たんぱく」「潜血」が混じっているとネフローゼや腎炎などの腎臓の病気が疑われます。おしっこで、健康状態がわかるのです。

#### <注意事項> ぼうこう：おしっこをためておくところ

- 前日は寝る前に必ずおしっこをする。→ 寝ている間に作られたおしっこで検査します。
- 朝起きたら、すぐにトイレに行き、おしっこを採る。(出始めのおしっこは採らない)
- 容器の栓はしっかり閉める。→ こぼれないように気をつける。

**緑色のビニル袋に入れ、口をしっかりと閉じて、提出する。  
家で別のビニル袋に入れたり、ティッシュに包んだりしてきた場合、提出するときは、それらははずす。**

- 10時頃には業者が回収に来ますので、登校したらすぐに提出してください。
- 病気との区別がつかなくなるため、生理中の方は提出しないでください。その場合は、予備日の4月27日に持ってくるようにしてください。はっきりしない場合や心配な人は、小杉に連絡してください。

保護者の皆様へ

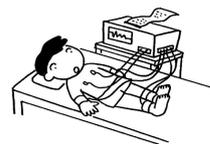
保健関係書類の記入および提出にご協力いただき、ありがとうございました。この後も大切な検査・検診が続きます。健康診断結果、専門医受診が必要なものについては、順次「受診のおすすめ」をお渡しします。お子様が健康で安心して学校生活を送ることができるよう、早めに受診して下さるようお願いいたします。

※裏面には、心電図検査、眼科検診の案内があります。

## 心電図検査

7年生のみ検査をします

4月21日(水) 13:45~



(検査機関：瀬戸健康管理センター)

### <心電図って何？>

心臓が動くときに出る弱い電流をグラフ状に記録したものです。心電図検査をすることによって、心臓が正しく動いているかどうかわかります。この検査は「痛い」「しびれる」ということは全くありません。

### <注意事項>

- 動くと検査がうまくできません。静かにじっとしていればすぐに検査が終わります。
- 半袖体操服、ハーフパンツで行います。忘れないようにしてください。

<欠席した場合は、後日学校から健康管理センターに引率します。日時は未定>

## 眼科検診

4月22日(木) 13:30~



学校眼科医 松本 高典先生 (松本眼科)

### <何を調べるの？>

目やまぶた(目のまわり)に病気や異常がないか、眼の位置や動き、物の見え方などに異常はないか調べます。

### <注意事項>

- コンタクトレンズはつけたままで検診できます。めがねは直前にはずします。
- コロナウイルス感染防止対策として、自分で下まぶたを下げます(イラスト参照)。

<予備日はありませんので、できるだけ欠席しないようにしてください>

(欠席した場合は、保護者の方で松本眼科へ連れて行っていただきます。)

## 新型コロナウイルス感染予防の基本は、

「手洗い」

「マスク」

「大声NG！」



毎日、新聞やテレビで報告される新型コロナウイルス感染者数。変異株の感染者も増えてきて、見えないウイルスと闘う日々です。学校で私たちにできることは、「手洗い」「マスク」「大声NG!」これは、ずっと変わりません。ニュースでは、人々の意識が少し下がってきていると言われていたようですが、にじの丘学園では、みんなががんばってくれていると思います。今一度、みんなで確認してみましょう。手洗いはどんなときにすればよかったですか。清潔なハンカチを持ってきていますか。給食の時間は談笑を控えていますか。毎朝の検温はしっかりできていますか。睡眠と食事をしっかりとって、免疫力を高めることもとても重要です。自分自身のコロナ対策について振り返ってみましょう!