

4月のほけんだより

令和4年4月12日
 中野区立中野東中学校
 校長 久保田 啓介
 養護教諭 白石 紗規

1年生のみなさん、ご入学おめでとうございます！2、3年生の皆さん、ご進級おめでとうございます！
 4月から中野東中に来ました、白石と申します。早く皆さんとお話したり、仲良くなれたらいいなと思っています。
 よろしくお祈りします！

さて、4月から健康診断が始まります。みなさんが健康に学校生活を送るために、毎年健康診断を行います。
 様々な検診があるので、先生のお話をよく聞いて正しく行えるようにしましょう。

健康診断

こんなことを調べます

身長・体重
 身体測定
 去年と比べてどれくらい大きくなったかな？
 太りすぎや痩せすぎではないかな？

目
 眼科検診、視力検査
 見えづらくなっていないかな？
 目の病気はないかな？

耳・鼻
 耳鼻科検診、聴力検査
 聞こえづらくなっていないかな？
 病気の疑いはないかな？

おしっこ
 検尿
 おしっこに病気のサインが隠れていないかな？

歯
 歯科健診
 歯やあご、歯並びや噛み合わせの状態は？
 むし歯や歯肉炎などはないかな？

心臓・肺
 内科検診
 からだの中の病気はないかな？
 内科検診では、ほかにも
 目やのどの様子、皮膚の
 病気がないか、栄養状態
 なども診ています

骨・関節
 運動器検診
 動きの悪いところや痛みはないかな？
 背骨や肩のゆがみはないかな？

朝いちばんのおしっこをとってください！

《4月 検診日程》

4月14日(木) 内科検診 1.2年
4月21日(木) 内科検診 3年

《5月検診日程》

5月 6日(金) 心臓病検診 1年
5月12日(木) 尿検査 1次
5月19日(木) 身体測定
 尿検査予備日
 ※尿検査の詳細については、5月の保健
 だよりでお伝えします。

こんなときは保健室に来てください

ケガをしたとき

いつ・どこで
 ・何をしていた
 ケガをしたのか、
 詳しく教えて
 くださいね。

体調が悪いとき

体のことを知りたいとき

悩んでいることがあるとき

