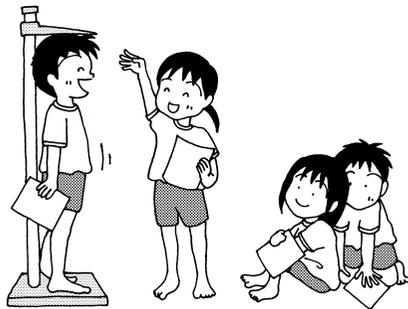


ほけんだより

赤阪小学校
保健室
H28.4.25 No.2

けんこうしんだん、これからが本番です！



二測定がおわり、これからつぎつぎに検診・検査がやります！今週は、尿検査・内科検診があります。忘れ物がないように、しっかりチェックしてくださいね！



みんなのほけんしつ だから… こんなふうにご利用してね！

<p>けがのあし ぐあいのわるいときに</p>	<p>自分のからだについて 知りたいときに</p>	<p>なにかやんでいるときに</p>
<p>できる先生に ことわって だけ</p>	<p>おている人がいるかも… しずかにはいって</p>	<p>ほけんしつにあるものを 使うときは 声をかけて</p>

*ほけんしつは、「けが」「びょうき」の手当てをする場所だけでなく、身長や体重を測ったり、体や健康について学習する場所でもあります。ルールを守って、上手にご利用してくださいね☆☆★

健康診断のじょうずなうけかた



～尿検査～ 全学年：25日（月）容器など配布、26日（火）提出

おしっこ（尿）の中に、たんぱく糖、血えきがまじっていないかを調べる検査です。

こまった…

尿検査あるある

こまった①
朝、学校へきて出し忘れ、帰る時になってランドセルの底から発見…

こまった②
兄弟の袋と中の容器がごちゃまぜになる…

●おしっこのとり方●

- ①前日は、ねる前におしっこをすませておきます。
- ②朝おきて、最初のおしっこをとります。
- ③出始めのおしっこはとらずに、中ごろから終わりのおしっこを紙コップにとります。
*尿道（おしっこの通り道）にたまっているおしっこを捨てるため。
- ④紙コップにとったおしっこを、スポイト容器に吸いとります。
- ⑤容器のふたをしっかりとしめ、名前シールをはって袋にいれます。
*シール・袋への名前の記入を忘れずに！！

～内科検診～

対象学年：全学年 日にち：27日（水）13:30～

- ・心臓や肺のはたらきはどうか（聴診器で胸や背中のお音をききます）
- ・皮ふや背骨（姿勢）、四肢（筋肉や骨などの動き）のうたい
- ・栄養が十分とれているか、からだのバランス

心臓の音をきくので、検診場所では、しずかに待っててください

★体そう服でうけます

