

ほけんだより

2023年4月

ハノイ日本人学校 保健室 P



けんこうしんだん はじ 健康診断が始まります



にっし
日程

じっしび 実施日	こうもく 項目	たいしょう 対象
4月18日(火)	しんたいそくてい しんちょう たいじゅう 身体測定(身長・体重)	ぜんがくねん 全学年
4月19日(水)	しりょく し か 視力・歯科	小2・小5・小6
4月20日(木)	しりょく し か 視力・歯科	小3・小4
4月21日(金)	しりょく し か 視力・歯科	小1・中学生
5月5日(金)	しんでんず 心電図	小1・中1
	にょうけんさ 尿検査	小1・中学生
5月9日(火)	ちょうりょく ないか 聴力・内科	小3・小4・中学生
	にょうけんさ 尿検査	小4～小6
5月10日(水)	ちょうりょく ないか 聴力・内科	小1・小2・小5・小6
	にょうけんさ 尿検査	小2・小3
5月11日(木)	にょうけんさ よびび 尿検査(予備日)	みていしゅつしゃ 未提出者

けんさ ひつよう どうして検査が必要なのかな？

1 しんたいそくてい 身体測定

しんちょう たいじゅう ほか 1ねんまえ くら じぶん
身長と体重を測ります。1年前に比べて自分がどのくらい
おお 大きくなったか確認してみましょう。また、せいちょうきょくせん じしん
身長・体重を比べることで、けんこうてき せいかつしゅうかん いしき
健康的な生活習慣を意識しましょう。

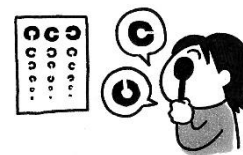


たいそうふく も たいそうふく も たいそうふく も
※体操服を持ってきましょう。また、かみ あたま
髪は頭のとっぺんや後ろではくくらない
いでください。

2 しりょくけんさ 視力検査

もの きちん と 見えているかどうかをけんさします。けっかが B (0.7) 以下だっ
た人は眼科に行って眼鏡を作るかどうかお医者さんと相談することをお勧め
します。

めがねをつけている人は忘れずに持ってきましょう。



3 し か けんしん 歯科検診

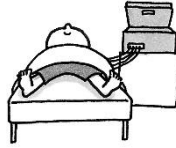
むしば ないか 歯垢がないか、歯に汚れがついていないかなどをお医者さんに診てもらい
ます。歯は一度悪くなるとよくなることはありません。よくないところがあ
ると分かったらできるだけ早く病院に行き治療しましょ
う。

どうじつ は 歯をいつも以上に丁寧に磨きましょう。



4 心電図（対象者には別紙で詳しくお知らせします）

心臓の心拍数やリズムなどを専用の機械で確認し、心臓が健康かどうかを調べます。



5 尿検査（別紙で実施方法についてお知らせします）

皆さんに尿（おしっこ）を取ってきてもらいます。その尿の色や成分を調べて、腎臓など様々な器官が正常に機能しているかどうかを調べます。特に腎臓の病気は症状が出にくいので、早期発見のために尿検査をします。

6 聴力検査

耳がきちんと聞こえているかを確認します。
※前日までに耳掃除をしっかりとしましょう。



7 内科健診

皆さんの体に異常がないか、お医者さんが総合的に診てくれます。



健康診断の時に欠席した人の対応について

身体測定・視力検査・聴力検査については、後日保健室で行います。
心電図検査・内科検査・歯科検査については、予備期間内に委託医療機関に直接行って検査していただくことになります。当日欠席した児童生徒には、別途日時と場所をお知らせします。

自分の体に興味を持とう！

健康診断は病気を発見するためだけにあるものではありません。健康診断を通して皆さんには自分の体の状態を知り、日々の生活を振り返ってほしいです。そして、健康的な生活習慣を目指していきましょう。

また保健室では、休み時間に身長や体重、視力などを測ることができます。興味がある人は保健室にぜひ来てください。



保護者の皆様へ

「成長の記録」「内科・歯科検診」通知について

身体測定（身長、体重）・視力検査・聴力検査の結果は、「成長の記録」を通じて通知します。

内科・歯科検診の結果も6月下旬までに、異常の有無に関わらず通知します。

「成長の記録」カードは、保護者の方が御覧になった後、サイン欄にサインをして、2週間以内をめぐりに担任へ返却してください。

御理解と御協力のほどよろしくお願いいたします。