4月
中島中学校

健康診断の目的は…

健康面の問題をスクリーニング

病気の疑いがないかを調べます。

自分の成長について知る

バランスよく成長しているかを調べます。

自分のからだに関心をもつ

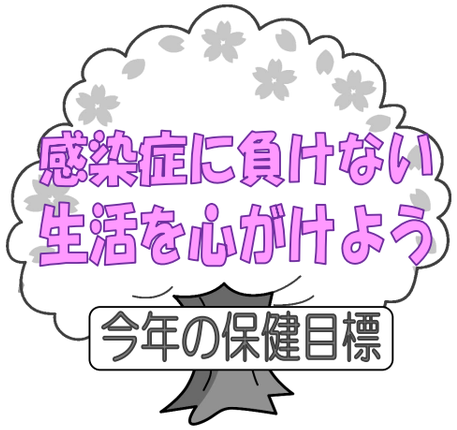
毎日の生活に生かしていきましょう。

新しい学年が始まります

全力で学校生活を送るために

今月の保健目標

自分のからだ（健康状態）を知ろう

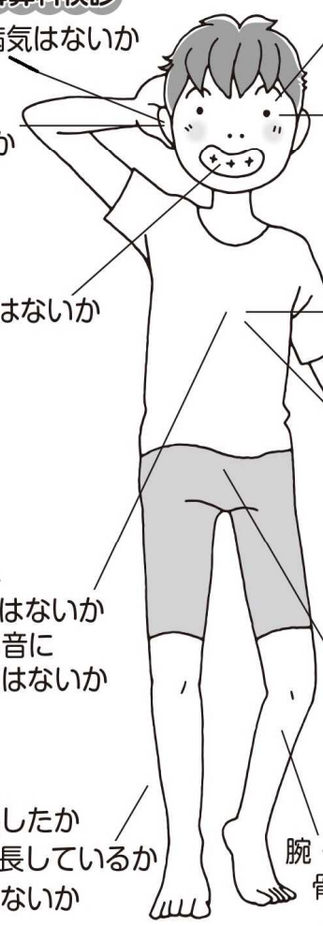


ご入学、進級おめでとうございます。春休みは、規則正しく過ごせましたか？お休みが長くなると、どうしても寝る時間が遅くなったり、生活リズムが乱れたりしがちです。元気に新学期をスタートするために、メリハリのある生活を心がけましょう。

- □体調はいいかな？良くない時は、無理せず休もう
  ◎必ず検温をしてから登校しよう！
- □ 寝起きはよかったかな？
  スッキリ起きるためには何時に寝るといいのかな
- □食欲はあるかな？
  朝食は脳やからだのエネルギーだよ
- □**ハンカチ・ティッシュ・マスク**を忘れないでね
  つめは切ってあるかな？

健康診断ではこんなことを調べます

学校で元気に学習したり運動したりするために行うのが、健康診断です。新しい学年の始まりに、自分のからだについて知り、健康面をきちんと整えましょう。



耳鼻科検診
耳・鼻・のどに病気はないか

視力検査
よく見えているか

聴力検査
よく聞こえているか

眼科検診
目の病気はないか

歯科検診
むし歯や歯周病はないか
歯並びはどうか

結核検診
結核にかかっていないか

内科検診
貧血はないか
胸や背中の骨に異常はないか
心臓や呼吸器の音に異常はないか

心電図検査
心臓の働きに異常はないか

尿検査
腎臓の病気や糖尿病ではないか

身体測定
どのくらい成長したか
バランスよく成長しているか
やせ・肥満ではないか

運動器検診
腕・脚・腰などの骨や関節に異常はないか

4月の検診・検査の予定

10（月）身体測定、視力・聴力検査

・めがね
（利用者のみ）

13(木)歯科検診

はみがきはていねいに！

20（木）眼科検診

27（木）耳鼻科検診

5/1（月）1年心電図検査

体操服（半そで
ハーフパンツ）

5/18（木）内科検診

・体操服
（下は制服）