



第2号 2018年4月17日  
 清泉女学院中学高等学校  
 保健室

【服装】



目や耳が見えるよう  
 髪は留め直そう

4月19日(木)は  
**健康診断です★**

- ・体操服(半そで、ハーフパンツ)が基本です。
- ・体操服長袖ジャージも必要です!
- ・高1は、胸部X線を受けるために薄手、無地、色の濃いTシャツが必要です。

★健康診断受診項目 各学年受診項目が違います。自分の学年をしっかりとチェックして下さい。

	中1	2	3	高1	2	3	場所
計測	○	○	○	○	○	○	ラファエラ館 1階大教室
聴力検査	○	×	○	○	×	○	ラファエラ館 2階音楽練習室
内科検診 (裏面の受け方参照)	○	○	○	○	○	○	中1高2 視聴覚室 中2中3高1高3 控室:3階図書館 診察室:第2,3演習室
歯科検診	○	○	○	○	○	○	1階 試食室(高1高2、中1中2) 被服室(高3・中3 控室:1演)
耳鼻科検診	○	○	○	○	○	○	ラファエラ館 2階美術室
眼科検診	○	○	○	○	○	○	ラファエラ館 3階355・356
心電図測定	○	×	×	○	×	×	ラファエラ館 2階音楽室
胸部X線	×	×	×	○	×	×	講堂 1階横

\*健康診断をしてくださる先生方のご紹介\*

- ・内科検診 亀津 絵里先生(学校医)  
 河西 悦子先生、中澤 ゆかり先生
- ・歯科検診 佐々木 隆夫先生(学校歯科医)  
 武 恵利子先生、大澤 純子先生

- ・耳鼻科検診 岩武 博也先生、濱田 彩子先生
- ・眼科検診 藤川 英津子先生、佐野 尚子先生、望月 祐人先生
- ・計測・検査など 結核予防会のスタッフの皆様



今月のほげんだより  
 ここがポイント!!



2018年度変更点

※尿検査は、クラスで提出※

☐クラス全員が名簿に記入

提出者:○

未提出者(生理中):△

\*忘れた人は、すぐにとって提出

ボランティアさんがクラス分をまとめて朝礼後すぐ保健室提出  
 (保健室最終受付 10:30 遅刻した人は保健室提出)

\*忘れ物をチェック



めがね

視力検査は、めがねで検査を行いません。

重要:カラコン、ディファイ  
 インコンタクトは禁止

検尿

当日、生理でない人は、必ず提出して下さい。

検尿予備日:27日(金)

8:15クラスで提出

中学生のみ 歯ブラシ

昼食後歯磨きをして下さい。

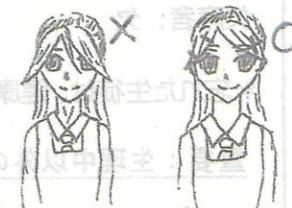
高1のみ Tシャツ

薄手、無地、色の濃い、Tシャツ  
 (長袖OK) 例:ヒーOテック

\*ヘアスタイルをチェック



- 髪の長い人は、ツインテールにして下さい。
- ×高い位置で結んだポニーテールやお団子は正確な検診が出来ないのでやめましょう。
- 前髪や横の髪を留めるなど眼科、耳鼻科検診で目や耳が見えるようにしましょう



目や耳が見えるように

【健康診断の約束】

- ★受診した際にきちんと挨拶をすること。★検診中、友達との私語は厳禁です。
- ★医師・スタッフ・健康診断ボランティアの指示にきちんと従って下さい。
- ★ラファエラ館内は右側通行です。
- ★計測・聴力が終了後、耳鼻科、眼科の空いている検診場所から受けて下さい。  
 →毎年受診忘れが多いので注意!!



★教室へ戻る前に全て受診したかを自分でチェックして下さい!

★自分の健康状態で不安に思うことは、遠慮なく診察医に相談して下さい!

前日は...

★お風呂に入って、身体を清潔にし、睡眠をしっかりとって下さい!

前日は、ビタミン剤・ジュース・激しい運動は控えましょう

### \*尿検査について

#### ①尿検査容器配布(17日)

健康診断ボランティア(中1のみ担任の先生)から配布。  
(高3のみ 18日配布)

必ず検査容器に記名シールを貼り、袋には記名をする!

#### ②19日の朝一番の尿を採尿すること。出始めではなく、途中の尿を採取します。

・忘れた人は、学校で採尿します。健康診断ボランティア、または保健室で容器を受け取って下さい。(中1は担任の先生か保健室)

#### ③クラスで回収します。

クラス回収袋に入れて下さい。全員が、名簿にチェックをする。

#### 名簿記入方法

提出者: ○      生理中未提出者: △

欠席者: 欠      回収時遅刻: 遅

\*忘れた生徒は、健康診断ボランティアから予備容器、シールを受け取り、すぐに採尿! すぐ提出!

重要: 生理中以外の生徒は、全員提出。予備日に未提出者は追いかけます!

・検尿予備日: 27日(金)です。未提出者全員提出となります。

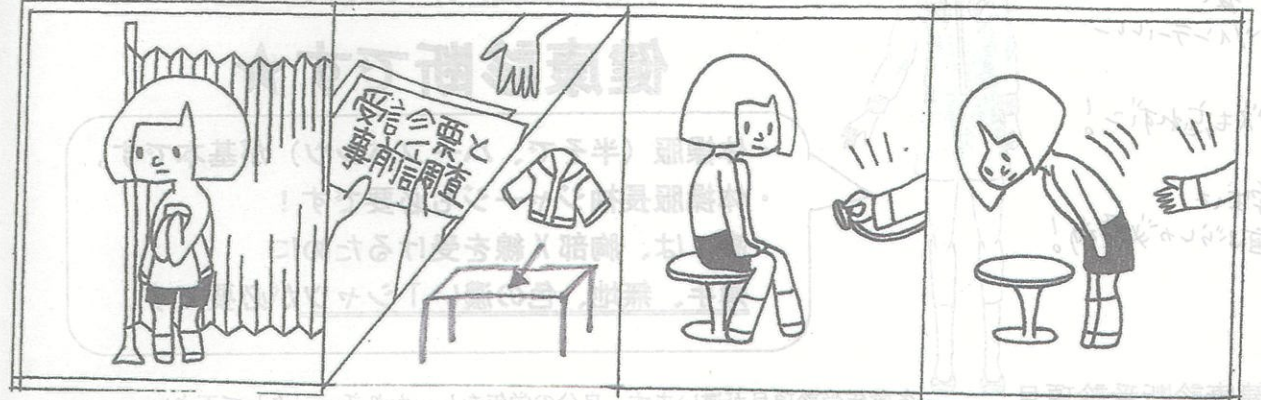
→8:15に教室で回収 健康診断ボランティアさんに提出して下さい。

尿検査 朝一番のおしっこをとろう!



### <内科検診の受け方>

- ・下着は教室でとってから内科検診会場に移動すること  
(学年によって会場が違います。必ず確認して下さい。)
- ・控室では静かに待機する。



診察控室で ジャージを脱ぎ、 胸元を隠しておく。	呼ばれたらポイントを 記し金球の天竺か 医師に渡す。 ジャージは机におく。	聴診をもらって頂き 回転イスに座り まま、クルッと回り 背中を聴診	背中を聴診後、 イスから立ち、 お辞儀をして 背骨を言ってもらく。
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

次の初診日、クラスに  
静かに初診。



終わったら机の上  
ジャージを脱ぎ  
胸元を隠し、ポイントを  
渡す。

お礼を伝える  
パーテーションの裏で  
ジャージを着る。  
準備ができたらいよいよ開始。

