

ほけんだより



れいわ ねん がつ にか (きん)
 令和6年5月10日(金)
 あおやぎ しょうがっこう ほけんしつ
 青柳小学校保健室
 だい 11 号 (けんこうしんだんごう)
 第11号(健康診断号)
 おうちのひとと 一緒に読もう!

ない か けつ かく うん どう き けん しん 内科・結核・運動器検診

がつ 5 月 13 日 (月) 13:30~
 ねんせい 1・3・6 年生、ぜんかいけつせきしゃ 前回欠席者



★前日は入浴し、体を清潔にしておこう!

何を調べるの??

- 【内科検診】心臓や肺、気管に異常がないかを調べます。
- 【結核検診】結核の疑いがないかを調べます。
- 【運動器検診】腕・脚・背中などの骨や関節、筋肉に問題がないかを調べます。



運動器検診でのポーズ

まっすぐ立つ	ぜんくつ 前屈する	かはんしん 下半身を うしろへそらす	かたあし た 片足で立つ
あし うら 足の裏を ゆか 床につけた まましゃが みこむ	て のひらを うえ 上にむけ、 うで をのばす	うで ま 腕を曲げて ゆび かた 指で肩に ふ 触れる	バンザイして うで みみ 腕を耳につける

内科検診での注意

- △ 昼休みは静かに教室で過ごしましょう。
- △ つい立で仕切りをしているので、安心して受けましょう。
- △ 学校医の先生にあいさつをしっかりとしましょう。
- △ 内科検診中は静かに待ちましょう。
- △ 「内科検診結果のお知らせ」をもらったなら、早めに病院を受診しましょう。

