

保健だより

5月5日は端午(たんご)の節句



札幌市立幌東中学校保健室
令和7年(2025年)5月7日
第3号

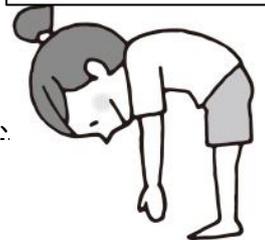
明日から内科健診があります。下の注意事項をよく読んでおきましょう。

内科健診について【全学年 男子5月8日(木) 女子5月15日(木)】

午前中に行います。場所は1階多目的室です。背骨や皮膚、心音などをみていただきます。運動器検診問診票で異常があり受診していない生徒については、運動器についてもみていただきます。

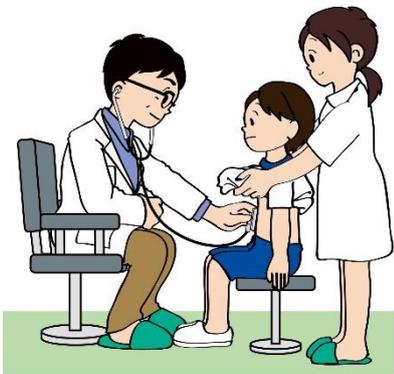
- 当日はジャージ登校です。男女ともに、Tシャツや肌着は脱がずに健診を行います。
- 前日は入浴し、体を清潔にしておいてください。
- 持ち物は健康カードです。クラスごとの検査開始時間は、教室に掲示します。
- 全員、前屈テストを行います。健診の最後に、お医者さんのほうを向いて立ち、肩幅に足を開き、両手の平を合わせ、まっすぐ頭を下げ、背中に左右差がないかチェックしてもらいます。スムーズな健診のため、すみやかに前屈をするようにしてください。(右のイラスト参照)

お医者さんにおかって
頭を下げます



【男子の服装】

- ・Tシャツを着たままで行います。
- ・なるべく教室で長そでジャージをぬいでから会場に来てください。会場に入ったら、Tシャツや肌着のすそを、ズボンの外に出しておきましょう。

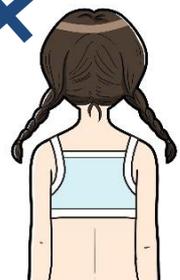


男女ともに、このように行います。

【女子の服装】

来週また連絡しますが、読んでおいてください。

- ・Tシャツを着たままで行います。
- ・なるべく教室で長そでジャージをぬいでから会場に来てください。会場に入ったら、Tシャツや肌着のすそを、ズボンの外に出しておきましょう。
- ・ブラジャーやカップ付き下着(いわゆるブラトップ)なども、着用したままで大丈夫です。
- ・ただし、背中が広く覆われるタイプのスポーツブラは、背骨の様子がわかりにくくなるなど支障が出るため、着用してこないようお願いします。



(右図参照→)

背中がかくれてしまうので避ける↑

プライバシーに配慮して健診を行っています ~昨年度と同様です~

健康診断を行う時には、正確な検査や診察を実施することが大切ですが、生徒のみなさんのプライバシーや心情にも最大限配慮しています。不安な人もいるかもしれませんので、知っておいてください。

- 背骨や皮膚の様子、心臓の音の様子を確認するために、Tシャツをめくって視触診したり、Tシャツの下から聴診器を入れます。心音は下着の上からでは聞こえづらいため、基本的には聴診器は直接肌に当てます。
- 内科健診は男女別に行い、男女とも着衣のまま行います。健診中は、会場前の廊下を通行禁止としています。
- 学校医が健診を行うスペースは、ほかの生徒から見られないようついたて等で囲います。
- 健診中に会場内(多目的室)に入るのは、原則同性の教職員のみとします。(看護師と養護教諭は除く。)

裏面はありません