

保健だより

札幌市立東白石中学校

保健室

R6.6.18発行

明日は全学年の内科検診があります。先週の保健だよりでもお伝えしました通り、今年度、更衣の方法に変更がありますので、以下の説明をよく読んで、しっかり検診に備えてください。

明日は内科検診の日です

内科検診では、心臓の状態・胸郭・背骨の形・皮膚の状態など、内科的な病気や異常の疑いがないかを調べます。



心臓や呼吸器の状態

聴診器を胸にあてて、心臓がリズムカルに動いているか、雑音が混ざっていないかなど心臓の音を聴きます。また、肺や気管支に異常がないか、呼吸の音を聴いて判断します。

胸郭・背骨の形

背中を叩いたり、さすったりして、背骨や肋骨の状態や、背骨や鎖骨の形や大きさ、ひどく曲がっているところはないか、痛みを感じる部分はないかなどを診ます。

皮膚の状態

皮膚の色から体調や皮膚の病気にかかっていないかなどを診ます。

※正確な検査・検診のため、必要に応じて、医師が体操服・下着やタオル等をめくって視触診したり、体操服・下着やタオル等の下から聴診器を入れたりする場合があります。

- 明日はジャージ登校です。検診時、男子はTシャツ、女子は長袖ジャージです。背中も診るため、髪の高い人は結んできましょう。
- 今日は入浴をし、身体を清潔にしておきましょう。

<事前の準備>

日時：6月19日(水) 8:55～ 3年→2年→1年 の順
場所：男子：2階IT多目的室 女子：2階視聴覚多目的室
検診医：長尾医院 長尾 眞幸 先生（学校医）、協力医の先生

～内科検診の流れ～

- 1 連絡が来たら、「健康カード（と受け取った人は運動器検診問診票）」を持って、会場へ移動します。
- 2 会場で更衣します。※今年度変更あり→男子はシャツを脱いでTシャツ1枚になる。女子はTシャツとシャツやキャミソール脱いで長袖ジャージ1枚とブラジャーのみ着用する（シャツやキャミソールと一体型のブラジャーは脱ぐことになるので避ける。一般的なブラジャーやスポーツブラは着用可）。長袖ジャージはファスナーを開けておく。下はジャージでもハーフパンツでも良い。



内科検診では、聴診器でからだの中のとても小さな音を聴いています。まわりが騒がしいと聴こえなくなってしまうので、おしゃべりしたり、足音をたてたりしないで、静かに更衣をして自分の番がくるのを待つようにしましょう。



- 3 自分の番が来たら、「健康カード（と運動器検診問診票）」を開いて記録の方に渡して、検診を受ける。
①足型に合わせて立ち、前屈して脊柱の検診→②椅子に座って胸とお腹側の検診→③椅子を回転させて背中側の検診、の順です。
- 4 自分の検診が終わったら、「健康カード（と運動器検診問診票）」はその場所に置いて、すみやかに更衣を済ませ、他の人を待たないで教室に戻ります。

<検査後>

内科検診、運動器検診ともに、異常の疑いがある場合は、プリントで家庭に連絡します。できるだけ早く病院で検査や治療を受けてください。異常の疑いがない場合は、個別連絡はありません。