

ほけんだより



令和8年6月9日
札幌市立白石小学校
内科検診号

ないかけんしん ＊内科検診があります＊

がつ か すい よてい ねん
6月10日(水) 9:00~10:30 (予定) 2・5・6年

がつ にち もく よてい ねん
6月11日(木) 9:00~11:00 (予定) 1・3・4年・たけのこ



がっこうないかい いし からだ み
学校内科医の医師が、みなさんの体を診てくれます。
また、うんどうきけんしん じぜん の ちょうさ で「異常なし」以外のきこいれが あった人は、からだ うご きの ついて、よきわしく いしに みて もらいます。

ひふ

ひふの様子を診ます。



ないかけんしん 内科検診ではこんなことを診ます

ひんけつ

した まぶたの内側の色を見て、貧血ではないかを診ます。



しんぞう・はい

ちようしんき ちねい せなか
聴診器を胸や背中にあてて、しんぞうやはいの音を聴きます。



えいよう

ひふにふれたり、ひふをつまんだりしながら、しぼうのつき方・筋肉の発達の様子を診ます。

ほね

しせい ただ せほね ま
姿勢は正しいか、背骨は曲がっていないか、こつ じようたい
ろつ骨の状態はどうか、などを診ます。



きになる人は四肢の様子についても調べます。



～じどうのみなさんへ気を付けてほしいこと～

- ・皮ふなどを診てもらうので、前の日にはできるだけお風呂やシャワーに入るようにしましょう。
- ・検査会場では、Tシャツなどのうすでの服になります。脱ぎ着しやすい服装で登校しましょう。
- ・医師の前では看護師が衣類をめくってくれます。きつめの服や上下つながっている服(ワンピースなど)はさげましょう。
- ・髪の毛の長い人は、髪を結んでおきましょう。

ちようしん き ちい おと き けんしんちゆう しず
・聴診器で小さな音を聞きます。検診中は、静かにしましょう

～おうちの方へお知らせ～

せき柱側わん検査として、4年生以上は全員前屈テストを行います。(R6年度より実施)。
基本はTシャツや下着のシャツを着用した状態で検診を受けますが、皮膚疾患やせき柱側わん症の診断のため、場合によってはTシャツや下着のシャツを脱ぐことがあります。衝立等を使用し、プライバシーに十分配慮して検診を行いますのでご理解をお願いします。ご不明な点がございましたら、養護教諭(富波:861-9265)までお問合せください。



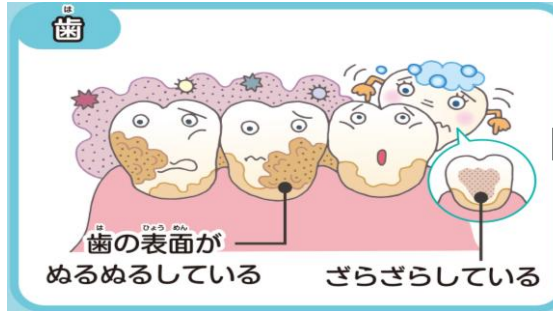
は くち けんこうしゅうかん

6/4~10は歯と口の健康週間です

自分の歯と歯ぐきに近いものはどれかな？鏡で見てもたしかめてみよう！



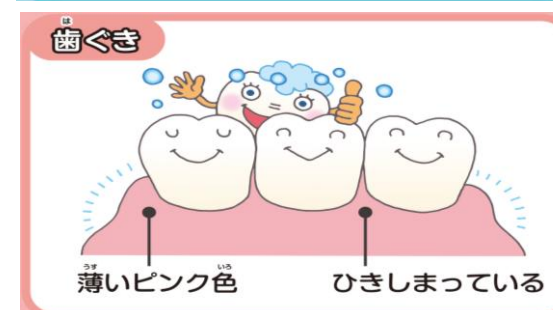
今、虫歯はなさそうです。ていねいな歯みがきを続けましょう。定期的に歯医者さんで点検してもらおうとよいですね。



歯に、よごれ(プラーク)がついています。このままでは虫歯や歯肉炎になってしまいます。おやつをだらだらと食べ続けることは、歯の汚れにつながります。見直してみましょう。



虫歯、または虫歯になりかけている歯があります。鏡を見ながら、もう少していねいにみがいてみましょう。早めに歯医者さんに相談することをおすすめします。



けんこうな歯ぐきですね。これからもていねいな歯みがきを続けましょう。



歯肉炎、歯周病かもしれません。歯ぐきも、歯ブラシでのブラッシングが必要です。ためてみましょう。

できているかな？

正しい歯のみがき方



かる ちから 軽い力で えんぴつ持ち



こきざみに うご 動かす



は 歯ブラシの毛先を 歯の面にあてる



かがみ 鏡を見ながらみがいて、みがき残しをチェックする