



令和5年 4月 28日  
 中野区立令和小学校  
 校長 松井 敏  
 保健室 桜井理恵子  
 三浦 紀子

しんねんどがはじまって1かげつがたちました。あたらしいせいかにな慣れてきたのではないのでしょうか。でも、さいきんたいちようをくずしておやすみするこが増えています。ひといきつがでていませんか？  
 せいかにととのことかからだちようしをびようきよぼう生活リズムを整えることで、体の調子もよくなり、病気を予防することができます。4がつからけんこうしんだんがはじまりました。「ちりようかんこくしょう」を受け取った人は、はやめにびょういんでみてもらいましょう。

がつ けんこうもくひょう  
**5月の健康目標**

びようき そうきちりよう  
**病気の早期治療に  
 つと  
 努めよう！**

## けんこう しんだん の けっか が かえ たら...

**1**

けんこうしんだん の けっか と 結果を受け取る

**2**

かならずもちかえり、おうちの人と一緒に 結果を確かめる

**3**

びょういん で 診てもらおう  
 ひつようがある場合は 早めに病院へ 行って治療する

**4**

びょういん へ 行った後は 結果を学校に 知らせる

**ほごしゃ かの 保護者の方へ**

4月から健康診断を実施しています。朝の貴重な時間に、健康観察に加えて尿検査などで、ますます慌ただしくなると思いますが、引き続きご協力を宜しくお願いいたします。歯科検診の日は、朝の歯みがきもしっかりお願いします。

健康診断では、治療または今後の生活への注意が必要な所見があれば、「治療勧告書」をお渡しています。6月から始まる水泳指導では、治療状況で水泳許可の有無を確認するため、できるだけ早めに医療機関受診をお願いいたします。

春の配布期間は、6月30日(木)までです。お子さまに、検診結果と「治療勧告書」をもらっていないか、声をかけてください。

また、全ての健康診断終了後は、けんこうカードで結果をお知らせしていましたが、今年度から『定期健康診断の記録』をお渡ししますので、ご確認ください。



がつ ほけんぎょうじ  
**5月の保健行事**

日付	学年	項目
1日(月)	1年生	心臓病検診
8日(月)	1・2・6年生	耳鼻科検診
11日(木)	こだま学級 1・2・3・4年生	歯科検診
12日(金)	全学年	尿一次検査
15日(月)	こだま・3・4・5年生	耳鼻科健診
18日(木)	5・6年生	歯科検診
19日(金)	対象者	尿一次検査予備日
25日(木)	こだま・2・3・5年生	眼科検診
25日(木)	こだま学級	宿泊学習前検診

学校医の先生の紹介

(内科) 千葉 智子先生  
上高田ちば整形外科・小児科  
03-3228-1555  
(耳鼻科) 高橋 裕子先生  
江原町小児科耳鼻科  
03-5988-7705  
(眼科) 浜野 淳子先生  
上高田眼科  
03-3387-4699  
(歯科) 假屋 隆彦先生  
かりや歯科  
03-3387-6457  
(歯科) 榎本 政明先生  
榎本歯科医院  
03-5343-1180

尿検査

**なぜおしっこを調べるの？**

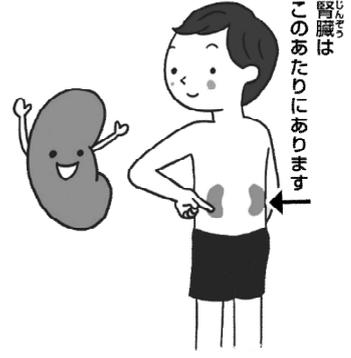
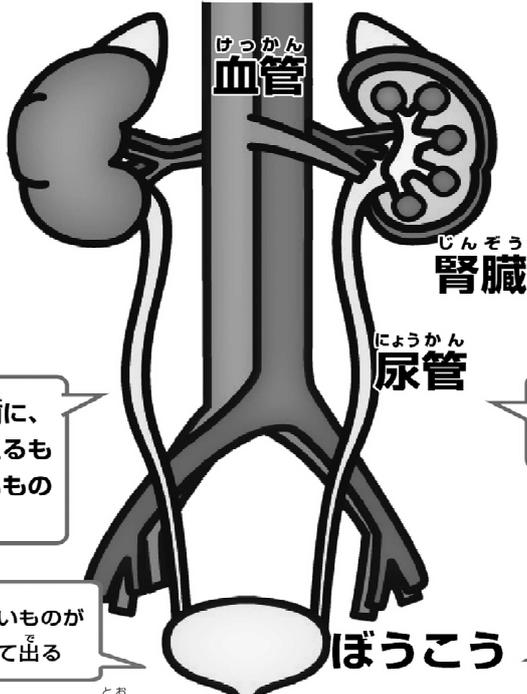
それは、おしっこが、体のいろいろなところとおを通して出てくるからです。

① 血が体の中のいらなくなったものを集めて腎臓じんぞうに運んでくる。

② 腎臓では血の中のいらなくなったものだけを集めて「原尿げんにょう（おしっこのもと）」をつくる。

③ 尿管じょうかんに原尿を送る前に、原尿の中のまだ使えるものと本当にいらぬものを分ける。

本当にいらぬものがおしっことして出る



④ 本当にいらぬものが尿管じょうかんを流れる。

⑤ おしっこがぼうこうぼうこうにたまる。  
⑥ ある程度たまったら、おしっこをしなくなる。

⑦ 尿道じょうどうを通しておしっこが体の外へ出る。

このように、おしっこはいろいろなところとおを通して、体の外へ出てきます。おしっこを調べることで、おしっこが通ってきたところの病気がないか調べることができるのです。

**Q.なぜ朝一番のおしっこをとるの？**

寝ている間に、長い時間をかけて作られた、こいおしっこが病気を見つけやすいから。



体を動かすと、病気がなくてもおしっこに異常が見つかることがあるから。

