

## 健康診断の受け方

### 学校内で行う測定

測定項目	受け方
身体計測	身長 <ul style="list-style-type: none"> <li>●裸足で身長計に立ち、尺柱に両かかと、おしり、背中をつける。</li> <li>●両腕を身体の外におろし、正しく立つ。</li> <li>●あごをひいて、頭をまっすぐにし、眼の高さを見つめる。(眼耳水平位)</li> </ul>
	体重 <ul style="list-style-type: none"> <li>●体重計の中央に静かに立ち、静止する。</li> <li>●衣服を着たまま測定した場合は衣服の重量を差し引く。</li> </ul>
視力	<ul style="list-style-type: none"> <li>●右眼から検査をする。</li> <li>●眼は細めないで、両眼を開いたまま遮眼器で左眼をかくす。</li> <li>●指示がなければ、メガネ・コンタクトレンズをつけたまま測定する。</li> <li>●原則 5 m離れた視力表の指標(ランドルト環)を見る。環の切れ目が上下左右4方向のうち3方向正しく判別できる場所を視力とする。 A (1.0以上) B (0.9~0.7) C (0.6~0.3) D (0.3未満)</li> </ul> 記録方法 裸眼視力は( )の外へ メガネ・コンタクトレンズ使用時の視力は( )の中へ。
聴力	<ul style="list-style-type: none"> <li>●オージオメータを用いて右耳から検査する。</li> <li>●レシーバーを耳に密着させる。</li> </ul> 高い音(4000ヘルツ)と低い音(1000ヘルツ)を聞く。音が聞こえている間はボタンを押すか手を上げて合図をする。聞こえなくなったら、ボタンから指をはなす。



### 検査機関及び学校医による検査・検診

検査・検診項目	事前の準備	受け方
尿検査	<ul style="list-style-type: none"> <li>●前日に検査用物品を受け取る。</li> <li>●提出用採尿袋等にはっきり学年・組・氏名を書く。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●起床直後の早朝尿を採る。</li> <li>●尿をコップに採る場合、はじめの尿はすて、途中の尿を採る(中間尿)。</li> <li>●一次検査で陽性の反応がでた人は二次検査を受ける。</li> </ul>
内科検診	<ul style="list-style-type: none"> <li>●過去1年間の健康状態を調査票に記入しておく。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●上半身はだかになり、静かに受ける。</li> <li>●栄養状態・脊柱・胸部・四肢の状態・皮膚疾患・心音その他貧血等を診てもらう。</li> </ul>
歯科検診	<ul style="list-style-type: none"> <li>●ていねいな歯みがきしておく。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●顎の関節・歯ならび・咬み合わせ・歯垢・歯肉・う歯等を診てもらう。</li> </ul>
眼科検診	<ul style="list-style-type: none"> <li>●調査票を期日までに記入しておく。</li> <li>●自分の視力を知っておく。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●検診直前にメガネははずす。コンタクトレンズはとらないでよい。</li> <li>●目について疑問があれば検診医に尋ねる。</li> </ul>
耳鼻科検診	<ul style="list-style-type: none"> <li>●検査前日、耳あかを取っておく。</li> <li>●調査票を期日までに記入しておく。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●現在治療中の部位があれば経過を話す。</li> </ul>
心臓検診 (心電・心音検査)	<ul style="list-style-type: none"> <li>●調査票を期日までに記入しておく。</li> <li>●検査の受け方を知っておく。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●検査前は激しい運動を避ける。</li> <li>●上半身はだかになる。ソックスを脱ぎ足首がでるようにする。</li> </ul>

学校医による総合判定 ——— 諸検診結果、治療勧告や経過観察として文書で連絡します。

# ヘルスカード



1学年 組 番

2学年 組 番

3学年 組 番

中学校

氏名

岡山県学校保健会 編