



## 身長をはかるときは

- 少しだけあごを引く
- かかと・おしり・背中を身長計につける



髪が長い人は  
しゃまにならない位置で  
結びましょう

### ★気をつけること★



ポニーテールやおだんごヘアは  
ほどいて左右に結んでおきましょう

## 体重をはかるときは

- そっと体重計に乗る
- はかれるまで動かない



じっとしていないと、  
うまくはかれません

## 【内科健診】

心臓や肺、気管支に  
異常がないかを調べます



聴診器を胸にあてて、  
心臓や呼吸の音を聞きます

貧血ではないかを  
調べます



下まぶたをめくります

胸の骨や背骨の形に  
異常はないかを調べます



胸や背中をみます

栄養状態や皮ふの病気が  
ないかを調べます



皮ふをさわります

## 【視力】



注意 ● かくしている目はあけておきましょう ● 目を細めて見ないようにしましょう

メガネやコンタクトレンズを使っている人はつけたまま検査をします

## 【尿検査】

### 尿のとり方

#### 朝起きて一番のおしっこをとります

最初に少し出してから、途中の尿を容器にとってください



注意 忘れそうだからと前日におしっこをとってはダメ。  
→ 正しく検査できないことがあります

## 【聴力】

### 1 右耳から始めます



### 2 音が聞こえたら、ボタンを押します



聞こえるまで  
ボタンを押さない  
でね

### 3 左耳も 同じようにします



小さな音を聞くので  
しずかにしましょう



歩いたり、ドアを開けたり  
閉めたりするときも  
音をたてないようにしましょう

## 【心臓検診】 1年生・4年生

### 1 ベッドで 横になります



こわくないよ

### 2 胸、手首、足首に 器具をつけます



### 3 そのまま しずかに待ちます



リラックス

痛くもないし、ピリピリもしません。  
こわくないので、リラックスして受けましょう

ほかの人の検査中も  
しずかに待ちましょう

## 【歯科健診】



斜線 しゃせん	むし歯になったことがない 健康な歯
○ まる	むし歯になったけれど 治療した歯
× ばつ	抜いたほうがいいかもしれない 乳歯 <b>歯医者さんへ!</b>
CO シーオー	むし歯に なりかけの歯 <b>要注意</b>
GO ジーオー	歯ぐきの 軽いはれ・出血 <b>要注意</b>
C シー	むし歯 <b>歯医者さんへ!</b>
G ジー	歯肉炎 歯周炎 <b>歯医者さんへ!</b>

## 【耳鼻科健診】

### 耳を調べます



長い髪は  
結んでね

### 鼻を調べます



鼻は  
かんで  
おいてね

### のどを調べます



口を  
大きく  
開けてね

### こんなことをみています

- 耳の中が赤くなったり、はれたりしていないか
- 耳の中がジュクジュクしていないか
- こまくはきれいか
- 耳垢はたまっていないか

### こんなことをみています

- 鼻水が多すぎないか
- ねばりのある鼻水がでていないか
- 鼻づまりはないか

### こんなことをみています

- のどの奥が赤くなったり、はれたりしていないか