



2025年(令和7年) 5月1日 大阪市立弘済小学校

## 健康診断が始まります!!

### 健康診断○×クイズ!!

#### 内科検診

心臓などの音を確認します。また、栄養状態や皮膚に問題がないかも調べます。

受け方クイズ 1 ○×  
聴診器を使えば音ははっきり聞こえるので、待っている間は話していてもいい。



#### 尿検査

おしっこに糖尿病や腎臓の病気のサインが隠れていないか調べます。

受け方クイズ 3 ○×  
朝一番のおしっこをとる。



#### 眼科検診

目の病気がないか調べます。目の動きに問題がないかも確認します。

受け方クイズ 5 ○×  
目の動きを見たいので、検査中は目をぐるぐる回しておく。



#### 検診日 5月8日(木)

#### 耳鼻科検診

耳や鼻の病気はないか調べます。

受け方クイズ 2 ○×  
耳の中が見えやすいように、前日に耳そうじをしておく。

#### 検診日 5月15日(木)

#### 歯科検診

むし歯や歯肉炎がないか確認します。歯並びやあごの状態、かみ合わせに問題がないかも調べます。

受け方クイズ 4 ○×  
いつもの口の中の状態を知るため、歯みがきをしないで受ける。

#### 検診日 5月27日(火)

### 答え

① ×  
心臓などの音は聴診器を使っても小さいので静かに待ちましょう。

② ○

③ ○

④ ×

歯や歯茎の状態が分かりにくくなるので必ず歯みがきをしておきましょう。

⑤ ×  
お医者さんの指示に合わせて、目を動かしましょう。

新年度が始まり、早一ヶ月が経とうとしています。新しいクラスには慣れましたか？ゴールデンウィーク明けは、気温が一気に上がり熱中症を起こしやすい季節になります。こまめな水分補給を心がけて体調を整えていきましょう。

5月7日から、畠山先生は赤ちゃんを産むためにお休みします。いつもお腹の赤ちゃんのことを気にかけてくれたりしてくれて嬉しかったです。皆さんも、からだに気をつけて引き続き学校生活を楽しんでください。

## 朝ごはんでこんなに変わる？

### 朝ごはんを食べた

頭のうめざ  
脳が目覚めて  
勉強に集中できる



おなか  
腸が動いてうんちが気持ちよく出る



朝ごはんが一日を楽しく過ごすためのカギ。勉強も遊びも、がんばるには  
まず朝ごはんから。

### 朝ごはんを食べていない

頭のうめざ  
エネルギー不足で  
頭がぼーっとする



おなか  
腸が刺激されず  
うんちが気持ちよく出ない



## めざせ お風呂の達人 よく洗ってピカピカに

汚れのたまりやすいところは念入りに

汚れのたまりやすく洗い残しやすい場所は、念入りに泡で洗いましょう。

わきの下 ひじの内側 ひざの裏側

おしりの下 みみ耳の後ろ 足の指の間

すすぎ残しに注意

きちんと汚れを落とし切らなかったり、シャンプー<sup>はだ</sup>やボディーソープが残ったままだと、肌荒れの原因になることも。ヌメヌメが残っていないかチェックしながら、丁寧にシャワーやかけ湯で洗い流しましょう。

