

すこやか No.2

2026年(令和8年)4月10日
福山市立東朋中学校

2026年度(令和8年度)健康診断日程

今年度も健康診断が始まります。健康診断は自分の体を知るチャンスです。保健だよりでお知らせしていきますので、検査の受け方等をよく確認してスムーズに検診ができるよう協力をお願いします。



日時	対象	検診項目	注意事項
4月13日(月)	全学年	身体測定 身長 体重 視力 聴力	眼鏡のある人は持参 ハチを持ってくること (視力検査に使用します)
4月16日(火) 17日(水)	全学年	尿検査 (一次)	容器配付 朝学活で提出 忘れずに提出を!
5月1日(金)	対象者	尿精密検査	尿検査、忘れないで!
5月7日(木) 13:30~	1年生のみ	心電図検査	半袖体操服・ハーフパンツを持参
5月8日(金) 13:30~	全学年	歯科健診	歯ブラシ持参 朝の歯みがきと昼食後の歯みがき(うがい)をていねいにする。
5月13日(水) 13:00~	3年生、21R 5,6,7,8R	内科健診	給食なし・弁当持参 半袖体操服・ハーフパンツ 心臓の音を聴くため静かにすること
5月14日(木) 13:00~	1年生、22、23R 前日欠席者		
5月19日(火) 13:20~	3年生、21R 5,6,7,8R	眼科検診	給食なし・弁当持参 眼鏡使用している人は外す。 コンタクトの人はそのまま診てもらおう
5月20日(水) 13:20~	1年生、22、23R 前日欠席者		
5月25日(月) 14:00~	全学年	耳鼻科検診	鼻は全員、耳は希望者のみ

月曜日は身体測定があります

からだの発育状況・見る力・聴く力を測ります

※4月13日(月)

1時間目 3年生

2時間目 1年生

3時間目 2年生



★メガネのある人は持ってくること

★コンタクトレンズの人はそのまま測定します

※場所

- 身長・体重：保健室前
- 聴力：保健室
- 視力：1・2年生 ランチルーム
3年生 多目的教室



学校医紹介



今年度、健康診断や日頃の健康環境などでお世話になる先生方です。

内科	石原 健二先生 (石原内科胃腸科)
眼科	坂本 郁夫先生 (坂本眼科小児科)
耳鼻科	佐藤 孝至先生 (佐藤耳鼻咽喉科医院)
歯科	大石 恵美子先生 (東陽デンタルクリニック)
薬剤師	平田 悟史先生 (ファーマシー薬局)

■身長体重の測り方

場所:保健室前 服装:制服で行う(制服分の重さをひきます)

身長をはかるときは

- 少しでもあごを引く

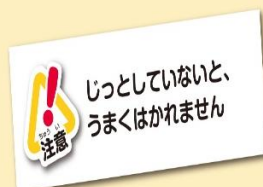
- かかと・おしり・背中を身長計につける



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



■聴力検査の受け方

場所:保健室内 5人同時に検査します。検査に影響するため静かにします。

- ①ヘッドフォンを両耳にしっかり当てます。



- ②右耳、左耳の順に片方ずつ調べます。「ピー」という音が聞こえたら応答ボタンを押してください。

小さい音なので、まわりの人は静かにしてね!



- ③音が聞こえている間は、ずっとボタンを押し続けます。音が聞こえなくなったら、ボタンから指を離してください。



■視力検査の受け方

持ち物:ハンカチ(全員)、眼鏡(そのままコンタクトの人はそのまま)

- ①床につけた印(テープや足形など)の位置に立ちます。

- ②まず右目を調べますので、ハンカチ(目をかくするためのもの)で左目をかくしてください。



- ③先生が指した輪(ランドルト環)の切れ目の方向を教えてください。切れ目が見えないときは「わかりません」と答えましょう。



- ④次は右目をかくし、同じようにして左目を調べます。

目を細めたり、のぞき見をしない!

コンタクトの有無を伝えよう!

