



令和6年5月1日  
鯖江市惜陰小学校  
保健室



健康診断が終わった学年・クラスから順次結果のお知らせをお渡ししています。視力検査（ピンク色の用紙）・歯科検診（黄色の用紙）は受診が必要かどうかに関わらず全員に配布しています。その他の検査については、受診が必要な人のみお渡しします。用紙をもらった人は早めにかかりつけ医でみていただき、受診報告書を学校まで御提出ください。

保護者様  
年 組 番 氏名 \_\_\_\_\_

令和 6 年 4 月 22 日  
鯖江市惜陰小学校長  
藤枝 美由紀

### 視力検査結果のお知らせ

健康診断（視力検査）の結果、下記のとおりでしたのでお知らせいたします。  
「B」「C」「D」の判定があった場合は、早めに医師の診察、指導を受けられますようお願いいたします。なお、受診報告書を学校まで提出してください。  
すでに通院され結果がわかっている場合は、受診報告書にその旨を記入し提出してください。

	裸眼視力	( 矯正視力 )	
右	( )	( )	A 1. 0以上
左	( )	( )	B 0. 9~0. 7
			C 0. 6~0. 3
			D 0. 3未満
			E 測定不能

### 受診報告書（視力検査）

年 組 番 氏名 \_\_\_\_\_  
保護者名 \_\_\_\_\_

1. 視力検査結果

	裸眼視力	( 矯正視力 )
右	( )	( )
左	( )	( )

2. 診断結果

右	正視 斜視	近視 調節緊張	遠視 その他 ( )	乱視	弱視
左	正視 斜視	近視 調節緊張	遠視 その他 ( )	乱視	弱視

3. 指導事項

- 要治療
- 要経過観察
- 現在の眼鏡等でよい
- 眼鏡等の使用が必要
- 眼鏡等の交換が必要
- 治療不要
- その他 ( )

医療機関名 \_\_\_\_\_  
令和 年 月 日 医師名 \_\_\_\_\_

A以外の判定があった人が受診の対象になります。ただ、裸眼視力がB以下でも矯正視力がAAであれば受診の必要はありません。

点線がありますが、切り取らずにそのまま学校へ提出をお願いします。学校での検査結果と医療機関での検査結果を比べるために切り取らないでいただけるとありがたいです。

保護者様  
年 組 番 氏名 \_\_\_\_\_

令和 6 年 4 月 22 日  
鯖江市惜陰小学校長  
藤枝 美由紀

### 歯・口腔の健康診断の結果のお知らせ

先日行われた健康診断の結果をお知らせいたします。

今回の健康診断では特に問題点は見つかりませんでした。これからも、食生活や口腔清掃に気を付け、健康な状態を保つようにしましょう。

以下の、「経過観察」に○印のある人は、かかりつけ歯科医での検査・指導・管理を受けることをお勧めします。

経過観察	00 (シーオー)	むし歯になりそうな歯や、むし歯になりかけの歯があります。
	G0 (ジーオー)	歯肉に軽度の炎症が見られます。歯肉炎に進行する可能性があります。
観察	歯垢 (しこう)	歯みがきが不十分です。歯のみがき方の指導を受けることをお勧めします。
	顎関節 かみ合わせ 歯並び	経過観察や適切な指導が必要です。かかりつけ歯科医に相談してください。(※矯正治療中の方もこの項目に含まれます。)

以下の、「受診のお勧め」に○印がある人は、かかりつけ歯科医の受診が必要です。治療および相談が終わりましたら、受診結果を記入して頂き、学校に提出してください。

受診のお勧め	むし歯 があります	今、口の中は治療が必要な状態です。悪化しないうちに早めに治療を受けましょう。
	歯肉の病気 があります	
	検査が必要な歯があります (C(要相談)、要注意乳歯)	かかりつけ歯科医を受診し、精密な検査を受けましょう。
	顎関節・かみ合わせ・歯並びの相談が必要です	かかりつけ歯科医に相談し、必要ならば検査・治療を受けましょう。
	歯石の沈着 があります	歯肉炎へ進行しないよう歯石除去を受けましょう。
	その他	

### 受診報告書（歯科検診）

年 組 番 氏名 \_\_\_\_\_  
保護者名 \_\_\_\_\_

部 位: \_\_\_\_\_

所見等: \_\_\_\_\_

転帰: ( 治療済み・継続治療・経過観察 )

令和 年 月 日 医師名 \_\_\_\_\_

「経過観察」「受診のお勧め」に○がついていた人は受診をお願いします。むし歯は放っておいても自然とよくなることはありません。乳歯のむし歯も放置すると歯並びや永久歯にも関わります。むし歯治療率100%を目指しています。

点線がありますが、こちらも切り取らずにそのまま学校へ提出をお願いします。

1日 検尿、6年生内科検診 2日 検尿（忘れた人）、1年生4年生心電図検査 8日 4年生内科検診  
 10日 1年生3年生歯科検診 15日 3年生内科検診 17日 尿検査（予備日）  
 22日 2年生内科検診 29日 1年生内科検診

### ◇検尿について◇

前日に容器等を配布しますので、提出用袋の名前等に間違いがないか御確認ください。

低学年は保護者の方の御協力が必要になるかと思えます。朝のお忙しい時間ですが、どうぞよろしくお願ひいたします。

#### ○方法

- ①朝起きて1番の尿をとる。できたらしばらく出た途中の尿（中間尿）がよい。
- ②赤いふたの容器をスポイトのように使って尿を容器の線まで入れる。
- ③名前が書いてある提出用袋に入れる。中の容器が出てこないように袋をきちんと折り曲げる。

#### ○検査を正確に行うために

- ・前の日の夜はビタミンCが多く含まれるものを食べない、のまない。  
（検査結果が偽陰性になってしまうことがある。）
- ・寝る前にトイレに行っておく。
- ・生理中の方は出さない。（予備日に提出するようにしましょう。）



熱中症に  
気をつけよう

5月になると気温がぐっと上がり汗ばむ日が増えてきます。今年度は5月に体育大会があるため、外での活動も増えます。体がまだ暑さになれていないため、熱中症が心配されます。

予防のために、「水分を多めに持ってくる」「こまめに水分をとる」「朝ごはんのみそ汁やスープ等の塩分が含まれているものを食べる」等御協力をお願いいたします。

暑熱順化  
は今のうち！



暑熱順化とは

熱を外に放出して体温を調整する力をつけ、体が熱中症になりにくい状態になることです。

ポイントは「汗」。体の中に熱がたまりすぎると熱中症になります。そうならないよう、体は汗をかくことで熱を体の外に出しています。適切に汗をかく力をつけることが、暑熱順化の鍵なのです。

シャワーだけでなく、湯船につかる

汗をかくほどの運動を習慣にする

その他、汗をかく行動をする

暑熱順化には、数日～2週間程度かかると言われていますが、体調や体質などによって個人差があります。その日の調子や環境に合わせて無理なく汗をかき、夏本番に備えて体を暑さに慣れさせていきましょう。

