

# ほけんだより

第3号

令和2年6月10日  
茨城県立日立工業高等学校  
定時制 保健室



学校が本格的に再開しましたね。登校前の体温測定、こまめな手洗い、換気、マスクの着用など感染症対策を十分行いながら過ごしましょう。そして、これから健康診断が始まります。休まず受けられるように体調管理をしっかりと行ってください。

## 今後の健康診断の予定

- ・6月16日(火) 尿検査
- ・6月23日(火) 尿検査(予備日)
- ・6月30日(火) 尿検査(予備日)
- ・7月2日(木) 体位測定
- ・7月16日(木) 内科検診
- 心電図・胸部X線・血圧検査(1年次のみ)と歯科健診は現在日程調整中です。

## ◎尿検査について

- 日時 6月16日(火) 16:10~  
登校した人から行います。1時限開始時刻までに実施できるよう、余裕をもって登校してください。  
※予備日 6月23日(火), 6月30日(火)  
※検査機関が18時頃回収に来ます。間に合わない場合は、登校しても検査は行えません。

- 対象者 6月16日(火) … 全生徒  
予備日(23、30日) … 未実施者, 1次検査陽性者

- 実施方法 ①登校後、<sup>えつらんしつ</sup>閲覧室(給食室のとなり)で採尿セット(紙コップ・ふた付きの容器・名前の書いてある袋)を受け取る。  
②1階職員トイレ(給食室前のトイレ)で紙コップに尿をとる。

### 尿の取り方

- ・紙コップの口をつぶし、ふた付きの容器に8分目くらい入れ、ふたをしっかりと閉める。
- ・尿を入れたふた付きの容器は、名前の書いてある袋に入れる。
- ・紙コップに残った尿はトイレの便器に流し、空にする。
- ・紙コップはトイレに用意された指定のゴミ袋に捨てる。

- ③容器を入れた袋は、閲覧室で学年別に回収する。

## 4 注意事項

- ・果物、ビタミン剤やドリンク剤は検査前日の夜から控えましょう。  
※ビタミンをとると、検査結果が変わってしまう可能性があります。  
※1次検査の結果が陽性だった者は、2次検査を予備日に実施します。
- ・予備日にも受けられなかった場合は、医療機関に行き、自費で検査を受けてもらいます。休まないように、体調を整えておきましょう。

## ◎体位測定（視力・聴力含む）について



- 1 日時 7月2日（木）認証・任命式終了後
- 2 対象者・場所 体位測定（身長・体重）… 全員 [1階 保健室]  
視力検査 …… 全員 [1階 会議室]  
聴力検査 …… 1・3年次 [3階 図書館]

### 3 検査の順番

- 1年次 …… 図書館（聴力）→ ※会議室（視力）→ 保健室（体位測定）→ 教室待機・HR  
2年次 …… ※保健室（体位測定）→ ※会議室（視力）→ 教室待機・HR  
3年次 …… ※保健室（体位測定）→ 図書館（聴力）→ 会議室（視力）→ 教室待機・HR  
4年次 …… 会議室（視力）→ 保健室（体位測定）→ 教室待機・HR

※保健室の検査は、3年次→2年次の順に実施する。

※会議室の検査は、先に会議室についたほうから実施する。

※終了後のHR時に担任の先生へ体位測定票を提出する。

### 4 注意事項

- ・視力検査 らがん裸眼視力ときょうせい矯正視力（メガネやコンタクトを使用したときの視力）を両方測定します。  
メガネ・コンタクトを着けたり外したりできるように準備してください。
- ・聴力検査 検査で聞こえる音はとても小さいので、待っている人は静かにしましょう。

## ◎保護者の方へ

検査の結果、医療機関の受診が必要な生徒には、結果と受診のお知らせをお渡しします。むし歯や耳の不調などは放置してしまうと心身に様々な影響を及ぼしますので、お早めの受診・治療をお願いします。受診後は、受診結果票を担任まで提出してください。

## ◎梅雨の時期に気をつけてほしいこと

### 〈食中毒〉

- ① 食事の前にしっかり手を洗う。
- ② 食べ物を常温じょうおんで放置しない。
- ③ 賞味・消費期限しょうみ しょうひきげんに気をつける。



### 〈熱中症〉

- ① こまめに水分・塩分を補給する。
- ② 汗をよく吸い、空気の通りの良い服を選ぶ。
- ③ 体調の悪いとき、疲れているときは無理をしない。



急に暑くなった日は特に注意！