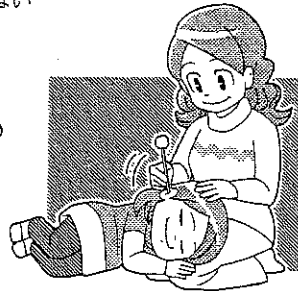
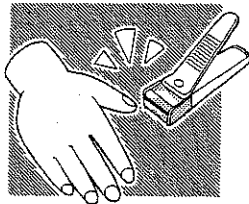
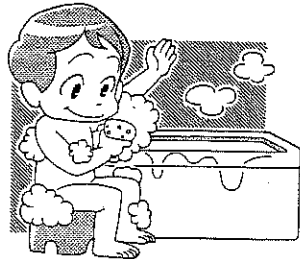


# 健康診断をしっかりと受けるために

## しっかりと準備をしよう

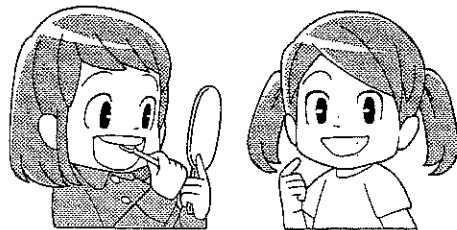
### 前日には

- お風呂に入って、全身をきれいに洗う
- 手足のつめを切る
- おうちの人に耳あかを取ってもらう
- 問診票に記入もれがないかを確かめる
- 下着やくつ下、うわばき、体育着などに名前が書かれているかを確かめる
- 尿検査に備えて、ビタミンC入りのジュースなどは飲まない

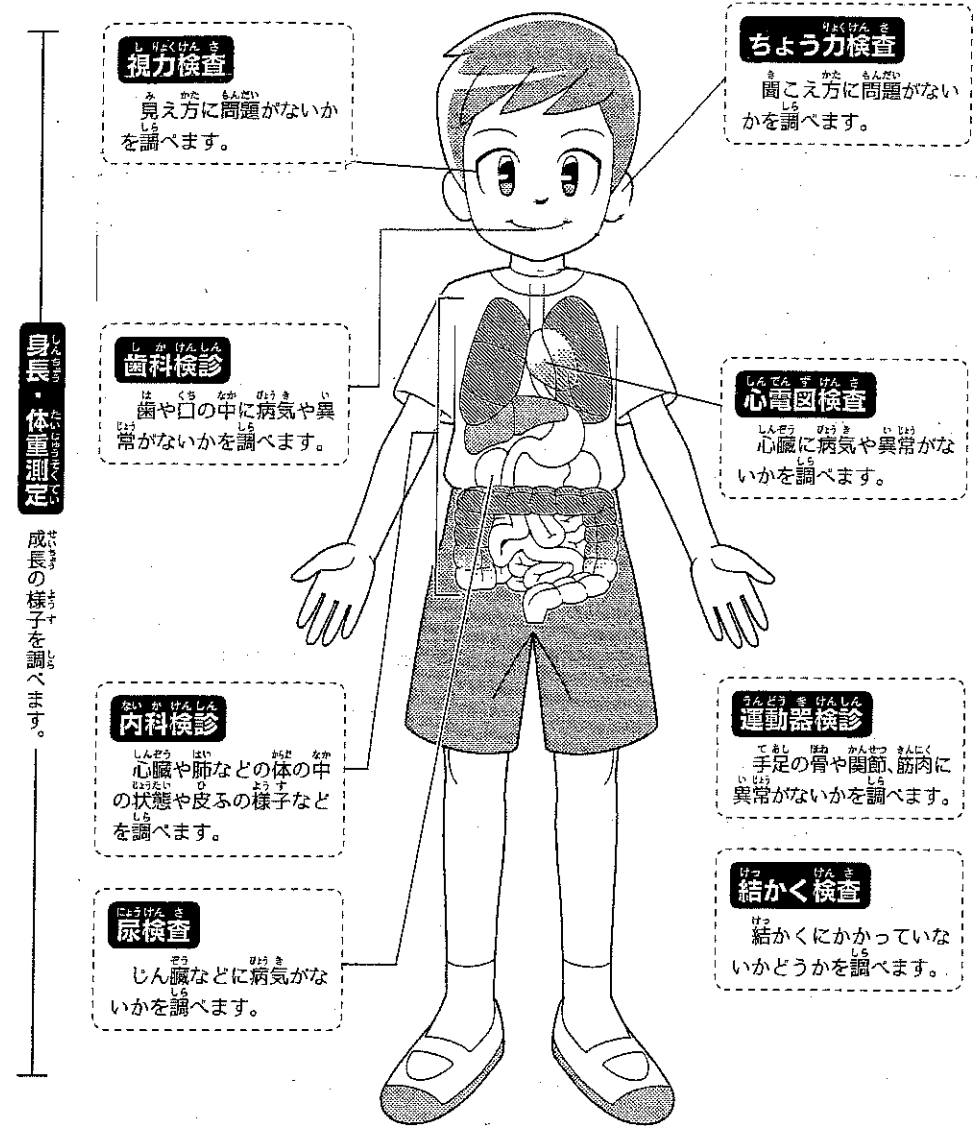


### 当日の朝には

- 起きてすぐに尿をとる
- 朝食後、歯をすみずみまでみがく
- かみが長い場合は、検査のじやまにならないかみ形にする
- 眼鏡をかけている場合は、学校へ持っていく



## どんな検査があるのかな



## 健康診断が終わったら

おうちの人と結果を確かめ、受診かん苦を受けた場合には、早めに病院に行きましょう。また、健康に過ごすための生活習慣などについて、家族で話し合ってみましょう。