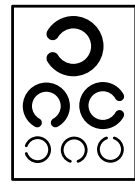




# ～視力検査のご案内～



## ご家庭で視力検査をしてください。

### 視力検査の流れ

ご家庭での視力検査 → 健診会場での\*屈折検査 → (必要に応じて) 眼科受診 の三段階で行います。

※屈折検査とは…目のピントが合うために必要な度数(屈折)を調べる検査です。屈折は、正視・近視・遠視・乱視に分かれます。視力検査だけでは目の異常を見逃してしまう恐れがありますが、この検査をすることで、視力の発達を妨げる原因がわかることがあり、異常の見逃しを減らすことができます。

### ご家庭で視力検査をしましょう

#### 【準備するもの】

(同封のもの)・黄色のアイマスク ・練習用の輪 ・検査用の輪  
(ご家庭で準備するもの)・距離を測るメジャー

#### 【片目のかくし方】

同封のアイマスクをお面のように顔に当て、片目をかくします。アイマスクを嫌がる場合は手で隠しても構いません。

#### 【検査の注意点】

- 明るいお部屋で、子どもの機嫌のよい時を選んで行いましょう。
- 3歳児では、検査を理解するのに時間がかかります。  
遊びやゲームの延長が検査につながるよう、声をかけながら何回か練習をしてから検査しましょう。

### <大きい輪で練習をしましょう>

1. 両目で、大きい輪を見て、切れ目を指させるよう練習します。
2. 指差しができれば、少し離れて同様に練習します。
3. アイマスクや手で片目を隠します。
4. 右目、左目それぞれ隠して答えてもらってください。

### <小さい輪で練習をしましょう>

1. 2.5m 離れて検査します。
2. 両目で4方向(上・下・右・左)を見せます。3方向以上正解したら見えたことになります。
3. 片目で同様に4方向見せます。  
結果を問診票裏面の「お子さんの目に関する問診票・結果記録表」に記入します。

### ご家庭で検査がうまくできないとき

- \*最初は上手にできなくても、何回か練習を繰り返すと、できるようになります。  
どうしてもできない場合は、無理強いせず日にかえて検査してみましょう。
- \*ご家庭でどうしても検査ができない場合は健診会場で行います。

**健診の検査は、確定診断ではありません。**

**検査で異常があった場合は、必ず眼科受診をお願いします。**



# ～聴覚検査のご案内～



ご家庭で聴力検査をしてください。

## ご家庭で聴覚検査をしましょう

### 【準備するもの】

(同封のもの)・ささやき声検査用絵シート(A5サイズ)

### 【検査の注意点】

- 絵の名前を言うのは1回だけです。聞き返されても繰り返し言わないでください。
- ささやき声が大きくなるように注意してください。ないしょ話のように息を出すだけのイメージでささやいてください。

## <普段の声で練習しましょう>

- 別紙A5サイズの絵シートを子どもの方向に向けて置き、1mくらい離れて座ります。
- 「この絵の名前を言うから、言った絵を指さしてね。」と子どもに伝えて、普通の声(会話をするときの声)で、絵シートの絵の名前を言い、子どもが6個の絵をすべて答えられることを確認します。

## <ささやき声で練習しましょう>

- 「今度は小さな声で絵の名前を言うから、よく聞いて、指さしてね。」と子どもに伝えて、口元を手などで隠し、6個の絵の名前を、ささやき声で1回ずつ言います。何個指さしができたか、問診票に入力をしてください。



# ～尿検査のご案内～



健診当日に、同封の容器に尿を入れ、ご持参ください。

## ご家庭で尿をとりましょう

### 【準備するもの】

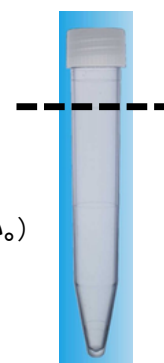
(同封のもの)・折り畳み式コップ ・尿容器 ・ラベルシール ・青色の提出袋

### 【検査の注意点】

- 検査当日は、**健診直前(2時間以内)**の尿をとってください
- 検査の結果に影響がありますので、前日夕方以降は、ビタミンCを含んだ薬(ビタミン剤)や果物、ジュース類は控えてください。
- 寝る前にはトイレに行きましょう

## <尿のとりかた>

1. コップに尿をとってください。
2. とった尿を容器にうつします。
3. ラベルシールに **尿をとった日付・名前・性別** をご記入ください。
4. 蓋をしっかり閉め、提出袋に入れてください。(袋にも名前をご記入ください。)



この線(8分目)まで入れてください。

## 健診当日尿が取れなかったとき

\*健診中に尿が出ればその場で提出できます。

\*尿がとれ次第、健康づくり課に提出することもできます。(事前連絡が必要です。)