👀 ～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. 指差しができたら、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（Web）に入力します。

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、無理強いはせずに日を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らない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。

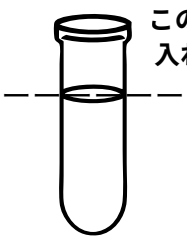
ご家庭で尿をとりましょう

【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。**）



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。)