

# ハワイの7年生のための健康診断 概要説明またよくある質問



Japanese

## 前文

ハワイの青少年の健康に関心を寄せ、新しい条件として新7年生となるお子さんは健康児診断と呼ばれる健康診断を受ける必要があります。

健康児診断は、医療資格を持つ医師、医師助手、専門看護師により行われます。\*

健康診断は健康児診断と呼ばれ、青少年が医師に健康上の相談をする適切で安全な場を提供します。また肥満、喫煙、ストレスなどの健康に関連する問題の予防対策にもつながります。さらにお子さんが7年生の時にやるべき予防接種を受ける良い機会にもなります。

## 知っておくべきこと

2017-2018年度から7年生になる全ての生徒は健康診断を受ける義務が州の法律によって定められています。 ([HRS §302A-1159](#)).

授業初日の12ヶ月前から健康診断を受けていただけます。

保護者および後見人の方は、7年生として登録する際に記入済みの [Form 14](#) (学生健康記録)を学校に提出してください。

## 書類の記入は必要ですか？

記入する必要があります。Form 14を受診日に持参し、主治医に記入するよう申し出てください。7年生として登録する際に記入済みのForm 14を通学する学校に提出してください。

## Form 14の入手方法：

7年生向け健康診断についてのより詳しい情報またForm 14の入手には、ウェブサイト [www.hawaiipublicschools.org](http://www.hawaiipublicschools.org)にて、「Physical Exam」を検索してください。

## なぜ健康診断を受けるのですか？

思春期が大きな身体的・感情的・社会的な変化を経験する時期であると理解し、健康診断により健康問題を未然に防ぐことができるものと考えております。

児童が医師に健康上のあらゆる相談をする適切で安全な場を提供することによって健康に関連する問題の予防対策にもつながります。また児童に対して奨励されている予防接種を受けていない場合はその予防接種を受ける機会ともなります。

米國小児科学会は、児童が担当の医者から健康診断を最低1年に1回受けることを奨励しています。

## 健康診断を行う医療従事者

健康児診断は、医療資格を持つ医師、医師助手、専門看護師により行われます。\*

\* [HRS§455-8](#)にある通り自然療法専門医も含む

## **健康診断の費用**

患者保護並びに医療費負担適正化法のもと、健康児受診費は年次給付されます。

## **患者保護並びに医療費負担適正化法**

患者保護並びに医療費負担適正化法は「医療費負担適正化法」また「ACA」と呼ばれ、2010年3月に議院を通過しオバマ大統領によって署名を受けた医療改革法案です。法案の主な目的は、アメリカ合衆国の医療と医療保険の質、アクセス、また患者の負担額を改善することです。

## **7年生には健康診断以外にどの予防接種が必要ですか？**

新たな健康診断の条件を満たす以外に、州の法律によって予防接種の条件も満たすことが義務付けられています。必要な予防接種また児童に対して奨励されている予防接種に関しては担当の医者に相談してください。

学校が必要とする予防接種のより詳しい情報は、ハワイ州保健局のウェブサイト <http://health.hawaii.gov/docd/school-health-requirements/> をご覧ください。

## **7年生になる前に健康診断を受けないとどうなりますか？**

7年生になった初日に健康診断を受けていなくても、学校に通うことはできます。しかし、州の教育局の方から州の保健局に対して学生の名前、住所、Eメールの情報が提供されます。両局は、年内の健康児診断の予約を促すために保護者および後見人の方に連絡をすることがあります。万が一保健局に連絡先の共有をして欲しくない場合は、10月30日までのその旨を学校にお伝えください。

## **低所得世帯でも健康保険はありますか？**

はい、あります。メディケイドは連邦政府と州の共同プログラムで、低所得の子供また大人に対して健康保険を提供しています。より詳しい情報は厚生局 MedQUEST のウェブサイト [mybenefits.hawaii.gov/medicaid-faqs/](http://mybenefits.hawaii.gov/medicaid-faqs/) をご覧ください。

## **健康な暮らし**

青少年は、毎日60分（1時間）体を動かす方が良いとされています。一般的な週の中で、歩く、走る、スポーツをする、腕立て伏せ、ウェイト・トレーニング、縄跳びなどの有酸素運動、筋力アップ、骨の強化運動などを行ってください。また健康な食事の摂取は肥満、2型糖尿病、心臓病などの健康上の問題予防にもつながります。糖分、塩分、健康に良くない脂肪分の多い飲み物や食べ物の代わりに、無脂肪または低脂肪牛乳、水、フルーツ、野菜、全粒穀物、低脂肪かつプロテインを含む食べ物などの摂取をしてください。より詳しい情報は、農務省の [ChooseMyPlate.gov](http://ChooseMyPlate.gov) のウェブサイトをご覧ください。

上記の内容は2019年1月に更新されました。