

えがお

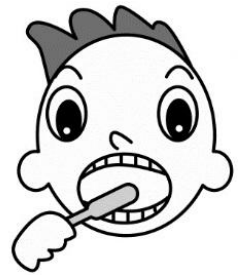
心身ともに健康になろう！
八坂中学校 保健室
保健 だより
令和8年4月15日

□□歯科検診（16日/木）の受け方□□

歯科検診では、虫歯の有無、歯ぐきや歯並びなど口の中の状態を調べます。

***朝の歯磨きを必ずしてください！**

- 1 日時 4月16日(木) 8:45 開始
◎校医の先生は中山庸成先生(中山歯科)です。
- 2 順序 2年(8:45～)→3年(9:45～予定)→1年(10:50～予定)
【クラス順】
- 3 場所・受け方 保健室



- ① 出席番号順に並び、保健室へ移動します。
- ②保健室に入る前に手指消毒をします。保健室の中に入る人は2名です。(受ける人1人・待つ人1人の計2人)
- ③自分の番が来たら、記録の方に名前を伝えます。(マスクは保健室の中で外します)
- ④大きく口を開け、歯や口の状態を診ていただきます。
- ⑤検診後は自分の学年の階の水道で手を洗い、教室に戻ります。

～歯科検診の時に先生が言うことばに耳を傾けてみよう！～

先生は診断しながら記録の人に結果を伝えています。

よ～く聞いていると自分の口の中に虫歯や歯肉炎がないかが分かります。

A～E → 乳歯 1～8 → 永久歯 斜線(しゃせん) → 現在歯(今現在生えている歯のこと)

C(シー) → 虫歯 CO(シーオー) → 虫歯になりそうな歯 G(ジー) → 歯肉炎 GO(ジーオー) → 軽い歯肉炎

♡♡20日(月)は心臓病検診があります♡♡

心臓病検診では、心電図をとり心臓の動きを調べます。当日はジャージ・体操着登校です。

- 1 日時 4月20日(月)13:30開始
- 2 対象・順序 1年生 1組→2組
- 3 場所 3F 図書室閲覧室
- 4 受け方



- ① 呼ばれたら保健委員先頭に、男女別出席番号順に並び、図書閲覧室へ。
- ② 図書閲覧室前の受付で名前の確認をし、番号札を受け取る。
- ③ 図書閲覧室に入る前に靴下をぬぎ裸足になる。
- ④ 検査員の方の指示に従って、検査を受ける。部屋の中では、足音を立てない。しゃべらない。
- ⑤ 検診後、静かに教室に戻る。

▽受けるときのポイントは…**リラックスして受けること**(痛くありませんので…)▽

◎◎◎◎30日(木)は耳鼻科検診です！◎◎◎◎

1 日時 4月30日(木)13:30開始

◎校医の先生は大木先生(大木耳鼻咽喉科医院)です。

2 順序 1年→2年→3年(クラス順)

3 場所 保健室

4 受け方

- ① 呼ばれたら保健委員先頭に、出席番号順に並び、保健室へ。
保健室入り口で手指消毒を行う。
- ② 記録の方へ名前を言い、あいさつをする。
- ③ 耳→鼻→のどの順番で診てもらう。
- ④ 終わったら自分の学年の階の水道で手を洗い、教室に戻る。

- ★右耳・左耳・鼻・のどの4カ所をみてもらいます。
- ★耳鏡を使って、外耳の皮膚の状態や鼓膜を見ます。
- ★鼻のときは上を向いて、のどのときは大きく口を開けましょう。
- ★耳が髪で隠れてしまう場合は、耳に付けるか、ピンでとめて下さい。

こんな病気や異常が見つかります！

じこう

耳垢: 耳垢がかたまりになって耳の穴をふさいでいる状態。放っておくと炎症を

起こすこともあります。

アレルギー性鼻炎: 空気中のホコリや花粉などに対してアレルギー反応を起こし、くしゃみや鼻水、鼻づまりをおこしたりします。



<<お世話になる校医の先生方>>

学校医	内科	新田 泰三先生	新田内科クリニック
	眼科	三輪三千子先生	みわ眼科
	耳鼻科	大木 光義先生	大木耳鼻咽喉科医院
	歯科	中山 庸成先生	中山歯科クリニック
学校薬剤師		奥田理恵子先生	練馬区薬剤師会



校医の先生方には検診を、薬剤師の先生には教室や学校内の環境検査を実施していただきます。よろしくお願いします。



あいさつも忘れずに!



毎年、検診が終わると校医の先生方から「生徒さん、落ち着いていますね。」と声をかけられるようになりました。今年は、「気持ちのよいあいさつですね。」と言われるようになってほしいと思います!