

# 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4年4月13日

## ◎◎4月14日(木)は耳鼻科検診です！◎◎

1年→2年→3年(クラス順)の順番です。(13:30開始予定)

◎校医の先生は大木先生(大木耳鼻咽喉科医院)です。

<受け方>

- ① 保健委員を先頭に男女別出席番号順に並び、保健室へ移動する。
- ② 保健室に入る前に手指消毒をします。保健室の中には2人入ります。  
(受ける人1人・待つ人1人の計2人)
- ③ 保健室の中に入ったら、マスクをとります。
- ④ 記録の人が名前を確認します。呼ばれたら返事をしてください。
- ⑤ 「右耳→左耳→鼻→のど」の順番に診ていただきます。
- ⑥ 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。

☆健診が終わったら…コロナの為、挨拶は省略しますが、軽く会釈をしましょう！

### こんな病気や異常が見つかります！

<sup>じこう</sup>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。



★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、耳にかけるか、ピンでとめて下さい。

## ♥♥4月21日(木)は心臓病検査があります♥♥

心臓病検査では、心電図をとり心臓の動きを調べます。

- 1 日時 4月21日(木) 13:30~
- 2 対象・順序 1年生1組男女→2組女男→3組男女
- 3 場所 図書閲覧室
- 4 受け方

▽受けるときのポイントは・・・

リラックス

(痛くありませんので・・・)

- ① ジャージ登校をする。
- ② 呼ばれたら保健委員先頭に、男女別出席番号順に並び東階段を使って図書閲覧室へ。  
(保健委員は図書閲覧室前に移動後、自分の出席番号の場所にもどる)
- ③ 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。
- ④ 図書閲覧室に入る前に、手指消毒を行い、靴下をぬぎ裸足になる。
- ⑤ 検査員の方の指示に従って、検査を受ける。  
部屋の中に入ったら、足音を立てない。しゃべらない。



⑥ 検診後は自分の学年の階の水道で手を洗い、教室に戻る。

# ♡♡4月21日(木)に歯科検診があります♡♡

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。

**2年→3年→1年(クラス順)の順番です。(8:45開始予定)**

◎校医の先生は中山先生(中山歯科クリニック)です。

## <受け方>

- ①保健委員を先頭に男女別出席番号順に並び、保健室へ移動する。
- ②保健室に入る前に手指消毒をします。保健室の中には2人入ります。  
(受ける人1人・待つ人1人の計2人)
- ③保健室の中に入ったら、マスクをとります。
- ④記録の人が名前を確認します。呼ばれたら返事をしてください。
- ⑤大きく口を開け、歯や口の状態を診ていただきます。
- ⑥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。



☆健診が終わったら…コロナの為、挨拶は省略しますが、軽く会釈をしましょう！

## ～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



## <<<<<<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。よろしくお願いいたします。