

# ほけんだより

福山市立加茂中学校 保健室 No. 2



新学期が始まってもう1週間が過ぎようとしています。新しいメンバーでの加茂中学校はどうでしょうか。クラスに早く馴染めて、友だちや先生と楽しく過ごせるように少しずつ生活を整えていきましょう。

さて、今週から健康診断が始まります。健康診断の前にほけんだよりで検診の意味ややり方、気を付けてほしいことを載せます。よく読んで検診に望んでください。



からだのべんきょう『健康診断』が始まります！



## 身長・体重測定

どれだけ大きくなったか、バランスよく成長しているかを知る手がかりになります



## 視力・聴力検査

日常生活で見たり聞いたりするのに不便なところがないかを知る手がかりになります



## 校医さんによる各検診

目・耳・鼻・歯や、からだに病気や異常がないかどうかをみてもらいます

4月は健康診断が多くあります。学校外からお医師さんや検査技師さんが学校にいられて、皆さんの健康状態を調べてくださいます。その都度、ほけんだよりを出しますのでよく読んで検診に望んでください。1年に1回、自分の体のことをいろんな角度から調べてもらい、学校生活をスムーズに行えるようにしましょう。悪いところがあれば早めに治療に行ってください。

4月14日(火) 耳鼻科検診(全学年) 13:40~ 保健室

★どんなことをするの？

- ・耳鏡を使って、耳の中を診てもらう
- ・鼻鏡と舌圧子を使って、鼻とのどの状態を診てもらう

★検査の前に

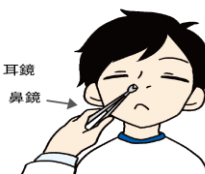
- ・鼻をかまないでください
- ・髪の毛が耳にかかる人は、耳に髪の毛をかけてください

★検査の順番

- ①医師の前に立つ
- ②両方の耳を診てもらう
- ③鼻を診てもらう(少し上を向く)
- ④大きく口を開けて、喉を診てもらう
- ⑤挨拶をして保健室から出ます



中耳炎、外耳炎などの症状がないか



アレルギー性鼻炎などの症状がないか



へんとう炎などの病気の症状がないか

## 保健室のルールを守ろう

① 保健室に行くときは先生に言ってから

〇〇なので、保健室に行っていますか

② けがは水道水で傷を洗ってから症状をくわしく伝えて



③ 保健室に入るとき、室内では静かに

