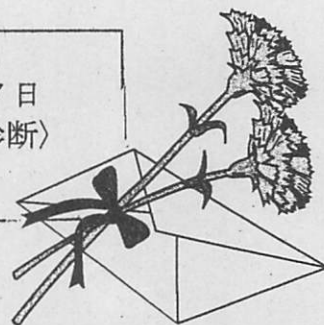


保 健 だ よ り

東三国中学校 保健室

第 4 号

2016 年 5 月 7 日
〈定期健康診断〉



新緑がまぶしく、風がおるさわやかな季節になりました！

1 年生の皆さんは、もう東三国中学校の生活になれましたか

さて、ゴールデンウィーク!で思いっきり楽しんでストレスを発散した分、体は疲れ気味の人もいるかも知れません。

来週からは中間テスト週間、そして、その後は宿泊行事等も続きます。体調を整えておきましょう。

5月の保健行事

9 日 (月)	内科検診・歯科検診	(3 年)
10 日 (火)	//	(1 年)
13 日 (金)	//	(2 年)

12 日 (木) 検尿二次検査 (前回の未提出者も含む)
(*13 日: 予備日)

19 日 (木) 眼科検診 (3 年・2 年・1 年の順)



健康診断が続きます！！

内科

★身体全体の様子について調べます。 *校医の先生は吉田先生です

〈検診場所〉: 保健室

〈実施順〉: 各学年 1 組女子→1 組男子→2 組男子→2 組女子→3 組女子→3 組男子の順

【内科検診で調べること】

心臓、肺・・・心臓の音や呼吸の様子（息を吸ったときの音）を調べます。
背骨、胸の形、手足・・・背骨や胸、手足の骨が曲がっていないか、具合の悪いところはないかを調べます。
皮膚・・・ひふの病気にかかっているか調べます。
栄養の様子・・・やせすぎていないか（太りすぎていないか）、顔色がいいかなどを調べます。



★女子は肌着もしくは体操シャツを用意してください。受診前まで着用します。

（長袖や首周りが小さいものはさける。）

着脱しやすいものがよい。

◎検診の前夜は入浴し、清潔にしておきましょう。肌着なども着替えておきましょう。

歯科

*検診は校医の呉城先生と歯科衛生士の先生です。

★歯と口の中の健康を調べます。

〈検診場所〉: 南館 1 階会議室

〈実施順〉: 1 組男子→1 組女子→2 組女子→2 組男子→3 組男子→3 組女子の順に行います。



【歯科検診で調べること】 むし歯の有無のほか、歯肉の状態、歯並びやかみ合わせについて調べます。

◎朝の歯磨きは丁寧に行いましょう。また、昼食後にはうがいをしよう。