

ほけんがより 4月

健康診断

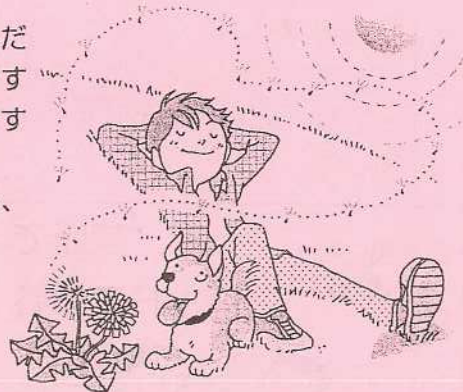
で調べること

2015・4・7 向陽中学校 保健室

4月は新しいことがいっぱい。新しい友達、新しいクラス、新しい先生。ワクワクするけれど、ちょっと緊張することもありますよね。

がんばりすぎて疲れたかな? と思ったら、のんびりする時間も作りましょう。

リフレッシュして、次の日も元気に。
なんととっても、春です!



身体計測

身長・体重などを計測して、バランスよく成長しているか調べます

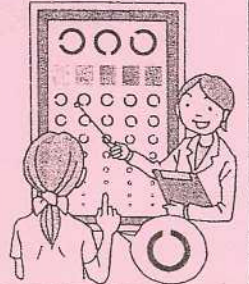
身長を測るときにはあごを引いて
髪の長い人は左右に分けて束ねておきましょう



視力検査

生活に必要な視力があるか調べます

めがねを忘れずに
コンタクトの人は申し出ましょう



聴力検査

生活に必要な聴力があるか調べます

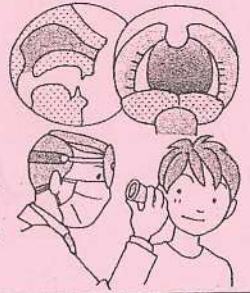
検診中はとにかく静かに!



耳鼻咽喉科検診

耳・鼻・のどの病気がないか調べます

はなをかんでおきます
校医さんの前にきたら耳を出しましょう



健康診断の日程

- 4月8日(水) ☆ 身体測定 2・3年
- 9日(木) ☆ 身体測定 1年
- 14日(火) ☆ 耳鼻科検診 1年

今年度お世話になる
学校医の先生方を紹介します

- 内科 羽根田医院 羽根田 隆先生
- 眼科 水越眼科医院 水越 俊一先生
- 耳鼻咽喉科 渡邊 昭夫先生
- 歯科 八巻歯科医院 八巻 祐二先生
- 薬剤師 中島 則子先生 (アップル薬局)



幸福のしるし
4つ葉のクローバーって?

春、野原いっぱいのクローバーの中に、4つ葉を見つけると幸せな気分ですね。赤ちゃんのころの葉が踏まれたり、虫に傷つけられたりして4つ葉のクローバーは誕生するそうですよ。たくましい成長のしるしでもあるんですね。

ほけん三よ

耳鼻科検診

4月14日(火) 9:00~
1年生

耳鼻科検診の受けかた。

<p>耳をみますので かみの毛は耳に かからないように。</p> 	<p>横をむいてすわり、耳をみてもらいます。 先生は、耳鏡という道具で耳のおくを のぞきます。</p> 
<p>前をむいてすわったら、鼻の中をみてもら います。先生は鼻鏡という道具を使います。</p> 	<p>口を大きくあけてのどをみてもらいます。 先生は舌圧子という道具を 使って舌(べろ)を おさえます。</p> 

※ 検査の前日には、耳は鼻のそうじをしてきれいにしておきましょう ※

保健室利用 NG集



× 出しっ放し
使いっ放し



出しっ放し・使いっ放しは、
ものが行方不明になる原因です。
保健室のものを使ったときは、
必ず元の場所に戻してください。

× だれにも言わずに
入室



居場所が分からないと心配な
ので、保健室に来ることを、担
任や教科の先生、クラスの保健
委員などに伝えて来てください。

× 大声で騒ぐ



体調の悪い人や、けがの手当
てに来ている人など、気分のす
ぐれない人への思いやりを忘れ
ないで。

× 無断で
ベッドで休養



保健室のベッドは、体調の悪
い人が休養するためのものです。
無断でベッドコーナーに入ったり、
寝たりしてはいけません。

× 来ている人を
からかう



保健室に来る理由は、人それ
ぞれで、ほかの人に言いたくない
場合もあります。そっと見守
ってあげてください。

× 備品や薬を
勝手に使う



身長計や視力表などの備品を
使いたいときは、ひと声かけて
ください。薬は使い方を間違え
ると大変!! 勝手に使えません。

× 戸棚や机の中を
勝手に見る



高価な備品や個人情報にかか
わる大切な書類が入っています。
鍵をかけていますが、もし開い
ていても絶対にさわらないで!

保健室は、学年やクラスに関
係なく、みんなが利用するところ
です。みんなが少しずつ心づ
かいを持ち寄って、どの人も気
持ちよく過ごせる保健室にしま
しょう。

