



燕中学校保健だより
生徒と保護者様

R7.5.7 燕中学校保健室

NO. 2

爽やかな季節を楽しもう！

新緑の美しい季節になりました。先日、頭の上をツバメが飛んでいきました。巣で卵を温めるメスに、オスが餌を運んでいるところでした。

新しい学年、クラスにはもう慣れたでしょうか。知らない人が多いからこそ、人間関係を広げるチャンスです。ぜひ、今まで話さなかった人とも「あいさつ」から始めてみましょう。朝晩の寒暖差が大きく、連休明けは疲れが出て体調を崩しやすい時期です。夜は早めに寝て、疲れをしっかり取りましょう。休日にも生活リズムを意識しましょう。



健康診断を正しく受けて、自分の体の状態を知ろう！

健康診断項目	日時・会場	備考
内科検診(全校)	9日(金): 3年 12日(月): 2年+3年欠席者 13日(火): 1年+前回欠席者 各日14:00~30分程度 会場: 男子2階相談室2付近 女子3階調理室付近	○男女別会場、個別、着衣で実施します。 (何か心配がある人は、事前に担任の先生または保健室に相談してください。) ○整形外科の問診項目に該当する生徒は、整形外科の先生に診ていただきます。(背骨の左右差、関節の痛みなど)
歯科検診(全校)	19日(月) 13:30~14:45頃 会場: 体育館	○当日は、朝も給食後も丁寧に歯を磨いて検診を受けよう。 ※歯ブラシの準備をしよう！ 

*尿検査・眼科検診(全校実施)、耳鼻科検診・心臓検診(1年生のみ実施)は6月に予定しています。

保護者の皆様へ

○内科検診・歯科検診・心臓検診を欠席した場合は、保護者の方に付き添いをお願いし、学校医・学校歯科医・検査機関で個別に受診していただいています。内科検診は5月9日(金)から3日間行われますので、できるだけ3日間で受けられるよう、体調を整え、なるべく欠席のないようお願いいたします。

* お子さんの検診について個別の配慮が必要な場合は、遠慮なく保健室片野までお知らせください。

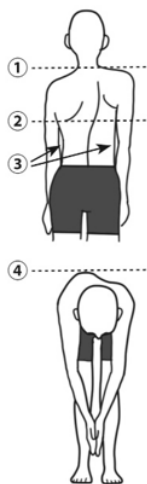
内科検診って何を診てるの？知ってほしい検査のポイント

内科検診

心臓や呼吸したときの肺の音に異常はないか、栄養はとれているか、皮膚の病気はないか、貧血ではないか、背骨や胸の骨の形に異常はないかなどを調べます。



【背骨(脊柱側弯症)のチェック項目】



次の4つのポイントについてチェックします。

〈直立した状態で〉

①肩の高さに左右で違いはないか

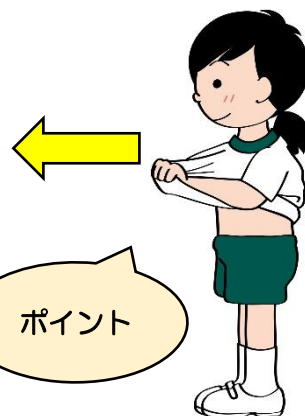
②肩甲骨の位置や高さに左右で違いはないか

③ウエストラインに左右で違いはないか

〈前屈した状態で〉

④背面(肋骨や腰)の高さに左右で違いはないか

女子はTシャツの裾を持ち上げて前に出すと、スムーズに心臓と肺の音が聞けるので助かります。



ot:

新学期が
スタートして
1か月...

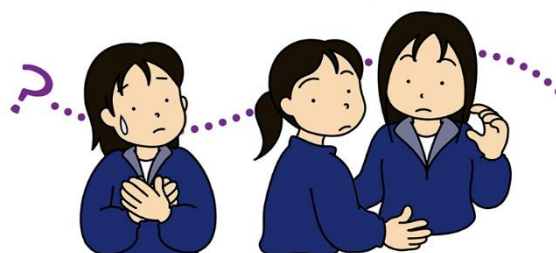
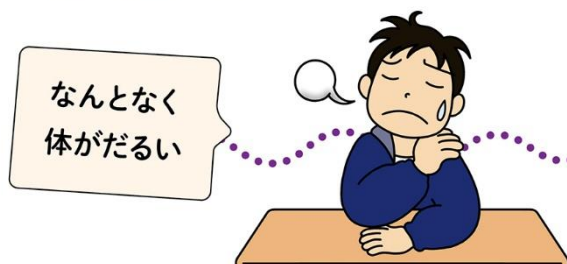
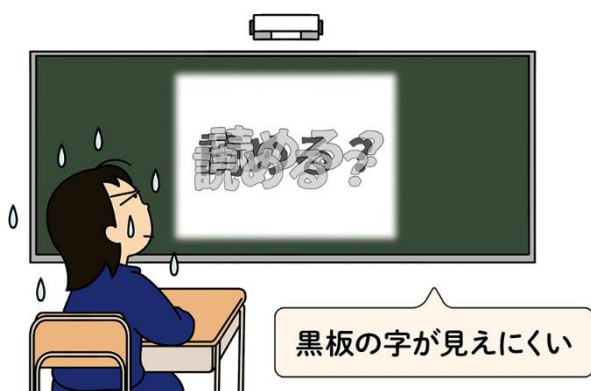
学校生活で

不便に感じることも

や

気になることも

はありませんか？



5月7日(水)～教育相談があります。気になることがある人は、早めに先生に相談してみましょう。