

ほけんだより



けんこうしんだん
健康診断
りんじごう
臨時号

令和7年5月
翠と溪の学び舎
玉堤小学校 保健室

じびかけんしん ★耳鼻科健診があります

じびかけんこうしんだん
耳鼻科健康診断では、みみ はな
耳や鼻、のどにびょうき
病気がないかをしら
べています。

【 おうちでしてること 】

- ①けんしん ぜんじつ
健診の前日までにみみ せいけつ
耳を清潔にしておきましょう。
- ②かみ なが ひと みみ かみ
髪^{かみ}の長い人は耳に髪がかからないように、むす
結ぶかピンでとめてきてください。

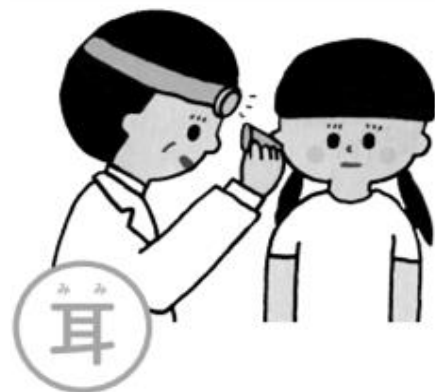
【 じびかけんしん う 耳鼻科健診の受けかた 】



ぜつあつし どうぐ つか
舌圧子という道具を使っ^てのど
を診てもらいます。口を大きく
開けてください。



びきよう きぐ はな なが み
鼻鏡という器具で鼻の中を診^て
てもらいます。前を向きます



じきよう きぐ みみ なが み
耳鏡という器具で耳の中を診^て
てもらいます。横を向きます

【 じびかけんしん けっか し 耳鼻科健診で結果のお知らせをもらったら 】

じこうへいそく びえん にゅうすい あっか かのうせい
耳垢閉塞や鼻炎は、入水により悪化する可能性があります。プール指導の前に
かならず じゅしん じゅぎょう さんか かくにん
必ず受診して、授業に参加できるかどうか確認してください。

クイズ このほけんだよりのなかで、「^{みみ・じ}耳・^{はな・び}鼻」は合わせて何個あったかな？こたえは…うらへ！



の 物 酔 い の 仕 組 み

みみ おと き 耳は音を聞くだけでなく、し せい 姿勢を
たもつ きのう 機能があることを知っています。
すか？ みみ なか ない じ 耳の中にある内耳という器
かん やくわり 官がその役割をはたしています。乗
り物酔いは、の 乗 り物に 乗って 動いた
りスピードの へん か 変化があったりして、
ない じ し げき う お 内耳が刺激を受けると起こります。
の 乗 り物酔いをふせぐために、

- すいみん しっかり睡眠をとる。
- の 乗 り物に 乗る日は 食べすぎない。
- の 乗 り物の 空気の入 入れ換えをする。
- とお けしき み 遠くの景色を見る。

などをしましょう。

