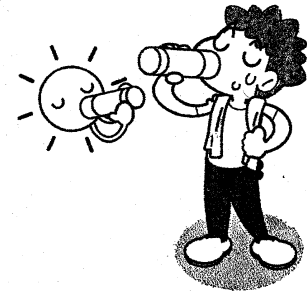


No.4

令和2年9月2日

世田谷区立三宿中学校 保健室

長い梅雨の後は本当に暑かったですね。まだまだ暑い日は続きそうですが、生活リズムを整え、2学期を元気にスタートしましょう。水筒は重くても大きめのものを持参し、足りなくなったら水道水を入れて補給してください。また、汗ふきタオルと手を拭くタオルは別に用意するようにしましょう。



健康診断が始まります

本来でしたら4月から6月にかけて実施する定期健康診断を2学期に行います。学校医健診の日に欠席した場合は、後日、学校医の病院にて受診することができます。

●内科健診（結核健診・運動器健診）●

- 日 時 1年・2年AB組：9月 3日（木）8：45～
2年CD組・3年：9月10日（木）8：45～
- 場 所 保健室 ● 医 師 山口先生
- 服 装 体操着登校

背骨もみますので、この日は女子は中にタンクトップを着てこないようにしてください。

こんなことを調べます。

病気の中には、最初はほとんど症状がなくて少しずつ進行するものがあります。内科健診では、自分では気づきにくい病気の疑いがないかをみてもらいます。

- ・栄養状態：からだつきや皮ふから栄養状態や成長ぐあいをみます。
- ・脊柱（せきちゅう）胸郭（きょうかく）：姿勢は正しいか、背骨や胸の形に異常がないかをみます。
- ・皮ふ：皮ふの病気がないかをみます。
- ・心臓・肺：聴診器で音を聴き、心臓や肺に異常がないかをみます。
- ・結核の有無：問診票をみながら咳（せき）などの症状がないかをみます。
- ・運動器の異常の有無：問診票をみながら異常がないかをみます。
- ・その他：貧血やリンパ腺のはれなどの異常がないかをみます。

健診の受け方

- ①連絡がきたら、男女別出席番号順に並んで移動してください。
- ②保健室には3人入り、1人出たら1人入るようにします。
- ③自分の順番がきたら奥のスペースに入り、名前をいいます。
- ④相談したいことがあれば、申し出てください。
- ⑤終わったら教室に戻ってください。

待っているときは
静かに！