ほけんだより 7月

七尾市立七尾東部中学校保健室
令和２年７月
第７号

●耳鼻科検診のお知らせ

月	日	曜	時間	学校医	クラス
７	７	火	14:00～	中村先生（能登病院）	３年１組　さわやか　14:00 頃～ ３年２組　14:15～ ３年３組　14:30 頃～ ３年４組　ほほえみ　14:45 頃～
７	１４	火	14:00～	中村先生（能登病院）	前回欠席者 ２年３組　14:00 頃～ ２年４組　さわやか　14:10 頃～
９	１０	木	13:40～	山田先生（恵寿病院） 	前回欠席者 １年１組　14:00～ １年２組　さわやか　14:15 頃～ １年３組　ほほえみ　14:30 頃～ １年４組　14:00～ ２年１組　14:10 頃～ ２年２組　14:20 頃～

①**耳**から始めます。片方ずつ調べます。長い髪の毛は結んだり、耳にかけたりしましょう。

こんなことをみています
- ●耳の中が赤くなったり、はれたりしていないか
- ●耳の中がジュクジィクしていないか
- ●鼓膜はきれいか
- ●耳垢がたまっていないか

②**鼻**を調べます。普段の鼻水の様子をみてもらうので、鼻は30分前までにかんでおきましょう。

こんなことをみています
- ●鼻水が多すぎないか
- ●ねばりのある鼻水がでていないか
- ●鼻づまりはないか

③最後に口を開けて、**のど**を調べます。

こんなことをみています
- ●のどの奥が赤くなったり、はれたりしていないか

●歯科検診のお知らせ

月日	歯科医の先生	クラス	時間
７月 15 日 (水) 13:30～	石垣先生 (２人)	１年生　さわやか　ほほえみ ２年１組 ２年２組	男女別に並びます 1-1　13:30 頃～　1-4　14:00 頃～ 1-2　13:40 頃～　2-1　14:10 頃～ 1-3　13:50 頃～　2-2　14:20 頃～
７月 16 日 (木) 13:30～	浜岸先生	３年２組 ３組３組 ３年４組　ほほえみ	13:30 頃～ 14:00 頃～ 14:30 頃～
７月 30 日 (木) 13:30～	浜岸先生 	２年３組 ２年４組　さわやか ３年１組　さわやか	13:30 頃～ 14:00 頃～ 14:30 頃～

歯科検診はむし歯の他にも、歯肉・歯垢・歯並びやかみ合わせ・顎関節までみています。C や G などの暗号(?)はそれを示すためのもの。つまり歯と口は健康か？しっかりかめるかなどの記号なのです。かむことは全身の健康と深く関わっています。むし歯や歯肉炎が進んでいて歯医者さんでの相談や治療をすすめられたら、早めにゴー。

○会話を控え、マスク着用で廊下に間隔をあけて並びます。
○保健室でも、会話を控え、間隔をあけ並びます。
○前回欠席者は、次回の５限後の休み時間に保健室前に整列してください。検診を受けます。