

# 保健だより



万石浦中学校 保健室  
令和3年4月13日 NO.2

新学期がスタートして、1週間が過ぎましたが、新しい環境には慣れてきたでしょうか。そろそろ疲れが出てくる頃だと思いますので、しっかり睡眠をとって体調を整えるように、ご家庭でもお声掛けください。

## 今週の健康診断

健康診断 受診心得

### 耳鼻科検診

日時：4月15日（木）13：30～  
場所：保健室

1年生のみ

#### 耳鼻科検診では・・・

耳、鼻、のどの病気がないか検査します。

#### 耳鼻科検診前の準備

- ① 前日は、耳や鼻のそうじをして、きれいにしておきましょう。
- ② 髪の毛が長い人は、耳がかくれないように、髪の毛を結んだり、耳にかけたりしましょう。



#### ～耳鼻科検診の受け方～ 下のようない道具を使います！

##### ① 耳を調べます



耳鏡（じきょう）



##### こんなことをみている

- 耳の中が赤くなったり、はれたりしていないか
- 耳の中がジクジクしていないか
- こまくはきれいか
- 耳垢はたまっていないか

##### ② 鼻を調べます



鼻鏡（びきょう）



##### こんなことをみている

- 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 口を開けて、のどを調べます



舌圧子（ぜつあつし）



##### こんなことをみている

- のどの奥が赤くなったり、はれたりしていないか