

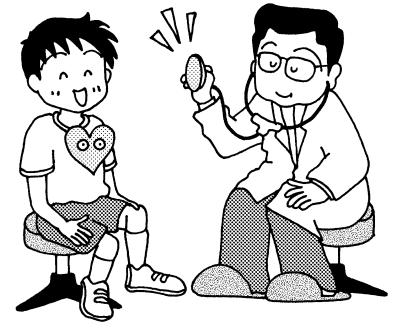
# ほけんだより <sup>がっ</sup>4月

令和3年4月20日  
七郷中学校  
保健室

明日、4月21日(水)は

## 内科検診があります。

- ・午前9時から保健室で、校医の阿部先生（七郷クリニック）に診ていただきます。
- ・順番は、七穂学級→3年生→2年生→1年生  
(1年生は5・6時間目までかかります。)
- ・男女別の出席番号順で受けます。



- ・服装は、**上は素肌の上に半袖体育着1枚のみ、下は半ズボンの体育着**です。

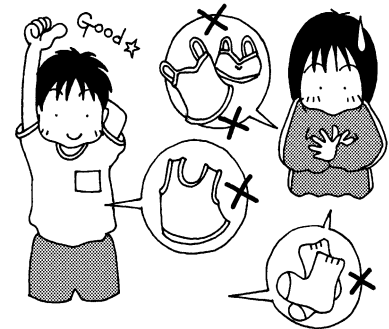
運動器検診も兼ねているので、検診時の服装は半袖と半ズボンです。登校後すぐに体育着に着替えておきましょう。

★男子は保健室前から西階段に向かって並びます。

☆女子は被服室の中で、すみやかに半袖1枚のみを着た状態になります。着替えを入れる袋やサブバックを被服室に持っていきましょう。

男女とも廊下に並んでいる間は長袖・長ズボンを上に着ていてもいいです。

- ・メガネをかけている人は検診前に外します。
- ・長い髪の方は結んできましょう。
- ・感染予防のため、マスクは着けたまま検診を受けます。
- ・心臓や肺の小さな音を聴診器で聞いてもらいますので、保健室前廊下や保健室の中では静かに間隔を空けて並び順番を待ちましょう。



## <内科検診で調べること>

- ①心臓・肺の状態：聴診器を使って、心臓の音や呼吸の様子を調べます。
- ②栄養の様子：やせすぎていないか、太りすぎていないか、顔色の様子などを調べます。
- ③運動器検診（背骨・手足・胸骨の形）：背骨などが曲がっていないかなどを調べます。
- ④皮膚の状態：皮膚の病気にかかっているかを調べます。

## <内科検診を受ける際に意識してほしいこと>

内科検診では、上の説明のようにたくさんの項目について調べます。管理校医の阿部先生（七郷クリニック）が聴診器を使って心臓の音を聴いたり（聴診）、皮膚の状態や胸骨や背骨の形に異常がないか見たり（視診）、頸部リンパ節などが腫れていないか触ったり（触診）して調べます。特に女子の皆さんにとっては「恥ずかしい」「診てもらうことに抵抗がある」と感じる検査かもしれません。しかし内科検診は高校に進学後も、大人になってからも毎年あります。先生たちも毎年秋に全員受けています。今年は「自分の健康状態を確認する大切な検査」ということを意識して、ぜひ積極的な気持ちで受けてください。健康診断について分からないことや不安なことがある時には、保健室に相談に来てくださいね。

→うらへ