

# ほけんだより

錦ヶ丘中学校保健室  
2020/7/6(No.4)



7月がスタートしました。2020年下半期にはどんなことをしたいですか？叶えたい願いや夢、理想は考えているだけではなく、言葉にした方が叶いやすいから、「やりたいこと」も短冊に書いてみよう。「どうせ私なんかには無理」と人から言われたら、悲しくなるような言葉を自分にかける“自分いじめ”はしないで！友達にかけるような優しく嬉しくなる言葉を自分にもかけてあげましょう。

## 健康診断のお知らせ

### ① 内科検診

#### [日程・順番]

- 7月7日(火) 13:30 ~ スピカ→3-1→3-2→3-3→3-4→3-5
- 7月14日(火) 13:30 ~ 前回欠席者→2-1→2-2→2-3→2-4→2-5→2-6
- 7月21日(火) 13:30 ~ 前回欠席者→1-1→1-2→1-3→1-4→1-5→1-6→1-7

#### [服装・髪型]

- ・運動着 (Tシャツ・短パン) ※女子は長袖ジャージも準備してください。
- ・検診時は、上半身はTシャツ1枚になります。(下着類は脱ぎます。)
- ・髪の長い生徒は、肩にかからないようにまとめ上げてください。

#### [内科検診で調べること]

- ① 心臓や呼吸器に異常はないか
- ② 栄養状態 (全身の様子や貧血) に異常はないか
- ③ 皮膚の状態に異常はないか
- ④ 脊柱、胸郭、四肢に異常はないか

お世話になる内科校医の先生は、  
日野クリニックの  
**日野 典之 先生**です。



### ② 歯科検診

#### [日程・順番]

- 7月8日(水) 9:30 ~ スピカ→3-1→3-2→3-3
- 7月9日(木) 9:30 ~ 前回欠席者→2-1→2-2→2-3→2-4→2-5→2-6
- 7月10日(金) 9:30 ~ 前回欠席者→3-4→3-5→1-1→1-2→1-3→1-4→1-5→1-6→1-7

お世話になる歯科校医の先生は、  
8・9日は、花岡歯科医院の

**花岡 弘二 先生**です。

10日は、ひらつか歯科医院の

**平塚 裕 先生**です。



#### [歯科検診で調べること]

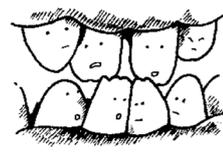
- ・むし歯はないか、歯ぐきやかみ合わせに異常がないかを調べます。



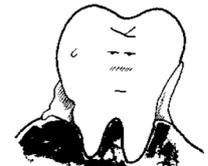
**CO** むし歯になりそうな歯  
**C** むし歯



**GO** 歯ぐきの軽いはれや出血  
**G** 歯肉炎・歯周炎



あご、かみ合わせ、  
歯並びの異常



歯垢が残っている  
歯石が沈着している

#### [連絡事項]

- ・学校で歯をみがく時間はとれませんので、丁寧に歯みがきをしてから登校しましょう。
- ・今年は、歯ブラシの準備は必要ありません。
- ・検診当日の朝に、「歯科問診カード」を記入します。