

えがお NO.2



新宿区立西新宿中学校
保健室

西中ただ今、健康診断真っ最中！

今週は、27日(水) 歯科検診
28日(木) 内科検診

学校医の先生の検診が続きます。

朝食後の歯みがき、体育着の準備、身だしなみ、
気持ちのよいあいさつを忘れずをお願いします。

歯科検診

日時 4月27日(水) 8:45~
場所 多目的室 **入口**303側 **出口**図書室側
検診医 学校歯科医 永井良和先生

(愛歯会テントオフィスクリニック)

検診順序

1A→1B→2A→2B→3A→3B→E組

連絡 体調の悪い人は、検診は後日受けてください

☆マスクは、いすに座ってから外してください

内科検診



日時 4月28日(木) 8:45~

検診医 内科校医 桑原先生ご夫妻 桑原医院(北新宿3丁目)2名体制で実施していただきます

場所 男子 体育館 女子 武道場

服装 半袖体育着 ハーフパンツ 忘れずに準備してください！



更衣 男子 教室 女子 2年生403 1・3年生 更衣室

★朝読書の時間に更衣を済ませておいてください。

順序 2A→2B→3A→3B→1A→1B→E組

検診の流れ 「お願いします」 ○番 名前を言う 前を向いて聴診 後ろを向いて聴診・背骨を診ます
先生に質問されたら答える 「ありがとうございました」

連絡 検診会場に着替えた標準服<制服>を持って移動してください。

終了後着替えをして教室へ戻ります。男子 体育館 女子 ミーティングルーム

★検診時の注意

- ・マスクを使用してください。
- ・検診の待ち時間も周囲の人とのおしゃべりはしないでください。
- ・会場入り口で手の消毒をしてください。
- ・待つ時は、前後の人と間隔をあけて待っていてください。
- ・終了後更衣をする時も前後の人と間隔をあけて、おしゃべりをせずに更衣をしてください。

健康診断

…「身だしなみ」もしっかり準備

●歯をみがく



●爪を切る



●お風呂に入る



●清潔な服装



●髪型を整える



●低い位置で結ぶ



☆歯科検診ではこんなことを調べます！！

- ・むし歯はないか？むし歯になりそうな歯がないか？
- ・歯肉の状態はどうか？
- ・歯並び(歯列)上下の歯が上手くかみあっているか？
- ・顎(あご)が上手く動くか？
- ・歯垢(しこう) 歯石(しせき) はついていないか？

歯科検診で先生が言っている記号や数字にはどんな意味があるのでしょうか？

A B C D E 乳歯 **1 2 3 4 5 6 7 8** 永久歯 (大人の歯)

むし歯 C むし歯 **C 0** むし歯になりそうな歯 **○** 治療の終わった歯

歯肉の状態 G 歯肉が炎症を起こしているため治療が必要
G 0 歯肉が少し炎症を起こしていて、丁寧なフッシングをして様子をみる
○ 健康な歯肉です

歯並び・噛み合わせ・顎の状態

0 問題ありません **1** 注意して様子を見てください **2** 歯科医に詳しく診てもらってください

歯垢 (しこう) 歯の汚れの状態

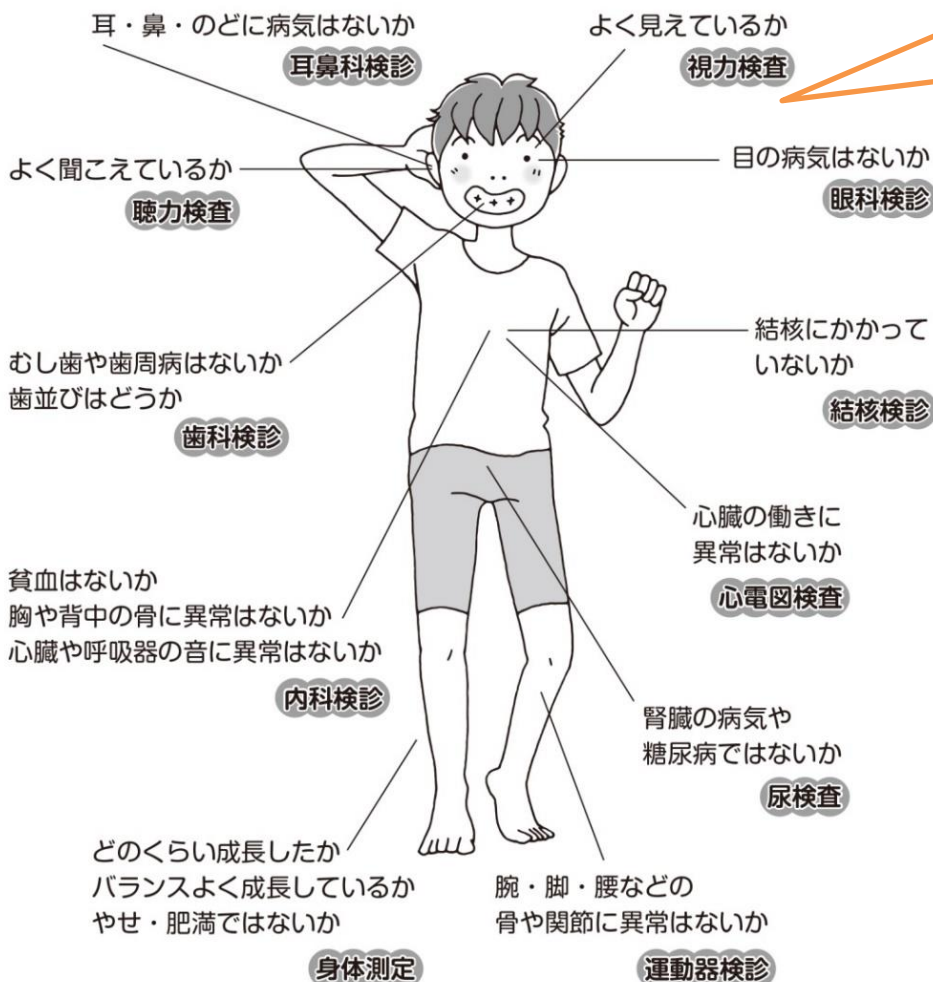
0 きれいな歯です。この状態を続けてください
1 少し汚れています。歯みがきの後、みがき残しがないかどうかよく確認してください
2 かなり汚れています 歯科医できれいに汚れを落としてもらいましょう

☆ 当日の朝は、朝食後の歯みがきをお忘れなく！！



健康診断ではこんなことを調べます

学校で元気に学習したり運動したりするために行うのが、健康診断です。
 新しい学年の始まりに、自分のからだについて知り、健康面をきちんと整えましょう。



検診目的を理解して検診を受けましょう！

水筒を用意しましょう

体育の授業も始まりました。これから気温も上がり汗をかくことも多くなります。こまめな水分補給ができるように水筒を持ってくるようにしましょう。学校の水道水も飲むことはできます。冷水器の水は、直接飲むことはできませんが、水筒の補充に使えます。



