



令和7年4月24日(木) 岩城中学校 保健室

健康診断の連絡

4/25(金)耳鼻科健康診断(1・3年生)

1. 時間 13:00~ *3Aは12:55までに保健室前に整列
2. 場所 保健室
3. 検査順序 3A→1A
4. 担当医 ○○ ○○ 先生(○○○○)
5. 連絡事項

- ・ 前日までに耳の掃除をしておきましょう。
- ・ 給食後に歯磨きを済ませておきましょう。
- ・ 耳(耳鏡を使い鼓膜の様子を診ます)→鼻(上を向く)→のど(口を大きく開ける)の順に診察します。
- ・ 髪が耳にかかっている人は、耳にかける・ピンで留めるなどして診察しやすいよう工夫をしてください。



前の自分と比べよう
結果は他の人とはなく、

健康診断をするとついつい友だちと結果を比べてくなってしまいがち。でも成長のペースには個人差があります。友だちとの差を気にする必要はありません。

それよりも前回の自分の結果と比べましょう。身長は大きくなっているか、体重は増えているか、視力は落ちていないかなどを確認してください。あまり大きくなっていないなら、食事を見直したり、今より早く寝たりする。視力が悪くなっていたら、ゲームの時間を減らすなど、生活を見直すきっかけにしましょう。

視力検査結果のお知らせ

4/10(木)の視力検査でC・D判定だった生徒へ、「視力検査結果のお知らせと受診のおすすめ」を配付しています。なるべく早い時期に医療機関を受診していただくようお願いします。

また、受診の際は、用紙を医療機関へお持ちいただき、受診後に学校へ提出いただきますようお願いいたします。

学校医の先生を紹介します

内科 ○○ ○○ 先生
歯科 ○○ ○○ 先生
薬剤師 ○○ ○○ 先生

