



健康診断は4月16日です！

種目は、歯科検診・内科検診・視力測定・3計測等を同時に実施し定期健康診断とします。

それぞれの健康診断の意義をお知らせしますので、よく読んで、当日に備えてください。

歯科検診について



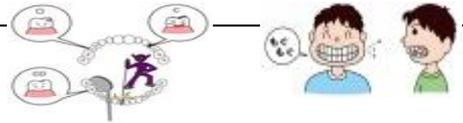
歯鏡(デンタルミラー)を一人ひとりに専用として使用します。

自分の今後の健康管理に役立てる事が目的です。

検診後は、入っていた袋に入れて、各自が自宅まで持ち帰ります。

歯科検診は、①う歯(虫歯)、②歯列(歯並び)・咬合(かみ合わせ)、③歯肉、④顎関節の状態をデンタルミラーを使って行います。

そのデンタルミラーを効果的に使うには



検診後、歯鏡(デンタルミラー)を持ち帰って、自分の歯牙の状態を観察するのに使ってください。

使用法は下顎(下の顎)の歯の舌側(内側)、上顎の臼歯部(奥の歯)の咬合面(咬み合わせの面)、頬側(外側)、口蓋側(内側)の観察に使用しますが、手鏡と併用して合せ鏡にして使用すると、見やすくなると思います。

その他ブラッシングの前後に汚れの取れ具合等の確認に使うのもよいでしょう。

当然、虫歯(カリエス)、歯肉の状態等に異常が発見出来れば、即歯科医院を受診する様にしてください。

情報提供 前学校歯科医 神田矩夫

検診場所

剣道場・・・体育館下入口に集合。ミラーを持って、中廊下に入る時に、各自下靴を持参した袋に入れて保持し、検診を受ける。

検診順序

3年H・I、2年C・G・I組 その後1年E・F・G・H・I組

ミラーを使って検診を受ける方法

検診場所入口で一人1本ミラーをもらいます。

柄(持つところ)側の袋を開いて、ミラー一部を袋の上から押えて待っててください。

歯科医の前に座ったら、歯科医にミラーを差し出し検診を受けてください。

使用後のミラーは、医師から再び袋に戻してもらって、それを個人でかばんやポケット等で保管しながら次の検査場所へ移動してください。

必ず持ち帰って、家庭で健康管理に役立ててください。

内科検診について

病気の中には最初はほとんど症状がなくても、少しずつ進行するものがあります。自分では気付きにくい病気にかかっていないかどうか調べてもらう大切な検診です。

内科検診は、①心臓・肺、②栄養状態、③背骨・肋骨、④頭頸部、⑤皮膚の状態を聴診器で胸の音を聴きながら、全身の健康状態を観察しながら行います。

検診場所

男子 北館3F 地学教室
女子 北館4F 化学教室・化学講義室

3年A・C・D組は12:55までに、検診場所前廊下に出席番号順に整列しておいてください。

検診順序

3年A・C・D組・・・その後1年A・B・C・D組

検診の受け方

男子 上半身裸です。
女子 体操服もしくはTシャツのみ着用できます。
(ただし、下着のホックははずします。)



持ち物

- ・女子は、検診の際に体操服もしくはTシャツを必ず持参してください。
- ・貴重品は必ず身につけて、行動してください。
- ・必要な人は、待ち時間に羽織れる服も持ってきてください。

聴診器では、からだの中の小さな音を聞いています。また、周囲の小さな音や声もひろってしまうので、周りの人は静かにしてください。

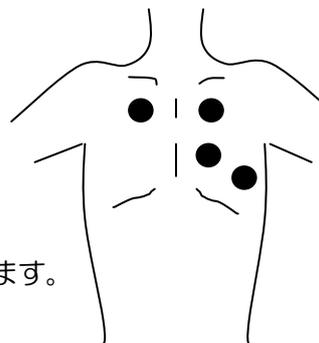
<心臓・肺>について

聴診器を胸や背中に当てて、心臓の脈打つリズムや呼吸時の肺の音に異常がないかどうか調べます。

<主な聴診部位>

右の図の●部分に聴診器を当てて音を聴きます。病型によって音を聴く場所が異なります。

衣服や下着が聴診器に触れてしまうと雑音が入り、心音と聞き分けにくくなります。



女子はブラジャーを着用していると聴診器を当てられない部位があります。正しく検診を受けるために女子はブラジャーのホックを外した状態で受診します。

内科検診について、何かわからないこと、聞いておきたいことがある人は、保健室に相談にきてください。