

# ヘルシーウェイ



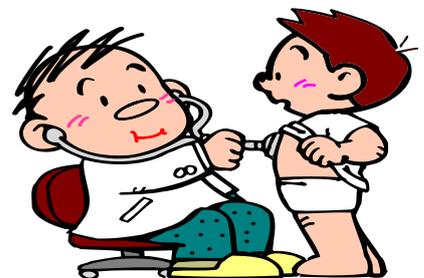
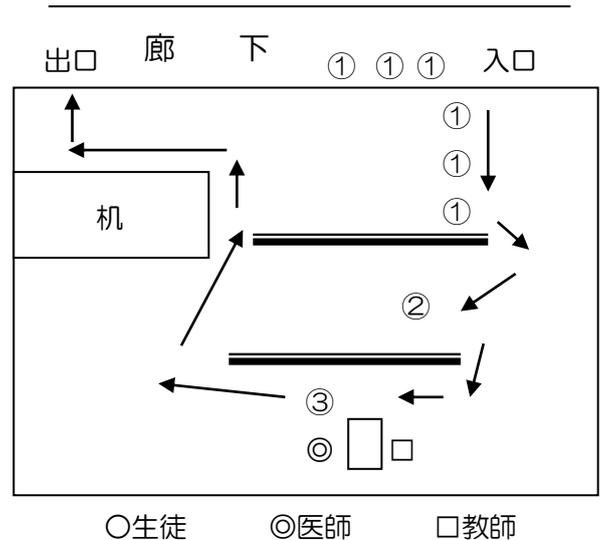
## 内科検診

- 1年生 4月13日(木) 8:30~
- 2年生 6月15日(木) 8:30~
- 3年生 5月11日(木) 8:30~

### 内科検診の受け方

- 先生の指示に従い、教室で制服を脱ぎ、体操服で保健室に行きます。
- 1クラス25~35分ほどかかる予定です。前の人が終わったら、名簿順(男女別)に順次移動します。
- 入り口から入ったら、①間隔をあけて待ちます。中に入り切れない人は廊下で待ちます。名簿順(男女別)に、②の位置に移動します。
- ②の人は、次が受診です。体操服を上に出して待ちます。名前を呼ばれたら、③の位置に移動します。
- ③の人は、受診者です。眼鏡をかけている人は眼鏡をはずします。あいさつして、前向き(心音・皮膚の様子)⇒後ろ向き(呼吸音・背骨の様子)⇒前向き(目・貧血などの様子)の順で検診を受けます。検診が終わったら、あいさつをして外に出て、教室にもどります。

## 保健室



### 【受けるときの注意】

心音、呼吸音を聞いてみえます。**静かにしましょう。**

## 内科検診で、校医の先生は何を診ているのでしょうか？

- 前向き、心臓の音を聴いています。心臓がリズムカルに動いているか、鼓動に雑音が混じっていないかを診ます。
- 後ろ向き、呼吸の音を聴いています。肺や気管支に異常がないかを診ます。息を大きく吸ったり、吐いたりしましょう。
- 後ろ向き、背骨や肋骨の状態を診ます。背骨や肋骨の形や大きさを診たり、ひどく曲がっているところはないか、痛みを感じる場所はないかを診ます。背筋をしっかり伸ばしましょう。
- 皮膚をつまんで、皮下脂肪の様子を診たり、また、皮膚の色から体の調子や皮膚の病気にかかっていないかなども診ます。
- 顔色やまぶたの裏側の色を診ます。まぶたの裏側は、毛細血管がたくさん通っていますが、体の調子が悪いと、白っぽく変わってきます。

体について気になることがあったら、校医の先生に聞いてみましょう。