

ほけんだより 5月

令和6年5月29日
神目小学校
保健室

あした じび かけんしん 明日は耳鼻科検診があります！



みみ はな びょうき しら
耳 と 鼻 と のど に病気がないか調べます。

し び いんこうか にしおかせんせい み
にしおか耳鼻咽喉科の西岡先生が見てくださいます。

★検査のうけ方★

- ① **みぎみみ 右耳** → ② **ひだりみみ 左耳** → ③ **はな 鼻** → ④ **のど**

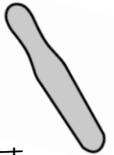
じきょう という とうぐ
耳鏡という道具で
みみ おく
耳の奥を
のぞきます。



びきょう という とうぐ
鼻鏡という道具で
はな おく
鼻をぐいっと広げて
はな なか み
鼻の中を見ます。



くち おお
口を大きくあけて
のどをみてもらいます。
した (ペロ) をおさえるのに
げつあつし という とうぐ
舌庄子という道具を使います。



※ いえ みみ
家で耳そじをしてきましょう。みみ
耳あかがたまっているとけんさ
検査ができません。

※ かみ け みみ ひと
髪の毛が耳にかかる人は、むすんだり、ヘアピンでとめたりして、
みみ
耳にかからないようにしましょう。



あつ
暑くなってきました。ねっちゅうしょう き
熱中症に気をつけましょう。 ⚠️ あつ いま
暑さになれていない今があぶない！



そと あそぶ とき
外であそぶ時は、
かならず、ぼうしをかぶろう！



すいぶん
こまめに水分ほきゅうをしよう！
のどがかわいてからでは
おそいよ。

はや はや お あさ たいちよう たいせつ
「早ね・早起き・朝ごはん」で体調をととのえておくことも、とっても大切です！



ちゃ みず
お茶や水をいつもよりたくさん持ってくるようにしましょう。
あせ とき あせ
汗をかいた時のために、汗ふきタオルもあるといいね！