

# ほけんだより

耳鼻科検診号  
札幌市立信濃中学校  
保健室  
令和2年9月11日

来週 9/14(月)は



## 耳鼻科検診です！

耳・鼻・のどに異常がないかどうかをみてもらいます。  
耳・鼻・のどに気になる症状がある人は、検査の時、お医者さんに伝えてくださいね。

### 【準備しておくこと】

- 前日に耳そうじをしておきましょう。
- 当日は、髪で耳が隠れないような髪型にしましょう。
- 当日は、検査前少なくとも30分以内に鼻をかまないようにしましょう。

### 【当日の流れ】

- 朝学活で担任の先生から健康カードを受け取ります。
- 自分の学級が呼ばれたら、カードを持ち、出席番号順に並んで保健室へ行きます。保健室前では、出席番号順に1列になります。
- 廊下で壁にそって並んで待ち、順番に中に入ります（出席番号順）。
- 自分の番がきたら、記録席に座っている先生に、健康カードの耳鼻科のページ（5ページ）を開いて渡し、お医者さんの前に座ります。
- お医者さんは右耳→左耳→鼻→のどの順にみてくれます。最後にのどをみてもらうときは口を大きくあけましょう。



耳・鼻・のどの気になる症状とは  
たとえば・・・

- 耳が痛い ● 耳鳴りがする ● 音が聞き取りにくい
- 鼻水が止まらない ● 鼻づまりがひどい ● 鼻血が出やすい
- のどが痛い ● 声がかすれる ● 息苦しさをよく感じる などです



## あなたのむし歯は 平均より多い？少ない？

令和元年に12歳の子の永久歯を調べると――。  
一人あたりのむし歯の数は、平均0.7本でした。  
(これは治療済みの歯と、まだ治療していないむし歯と、ぬけた歯を足した数)。

ここで問題。今から32年前の  
12歳の子のむし歯は平均何本？

- ① 1.54本 ② 3.1本 ③ 4.35本



答えは③4.35本。ちなみに22年前は3.1本で、12年前は1.54本です。  
むし歯はどんどん減って、今では1本でもあれば平均より多いなんて。

すごく優秀ですね。

みなさんもしっかり歯をみがいて、むし歯ゼロをめざしましょう！



