



# FINE

ほけんだより

令和8年5月1日  
NO. 3 岩出第二中学校

新学期が始まって1ヶ月がたちました。新しい環境や周りとの関係にも慣れてきましたか。

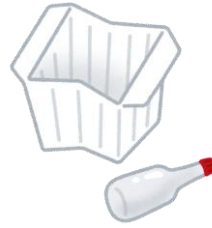
5月は暦の上では夏の始まりです。過ごしやすい時期ですが、朝晩と日中の気温差が大きく、体調を崩しやすい時期でもあります。急に暑くなることもあります。身体がまだ暑さに慣れていないため、熱中症に注意が必要です。こまめに水分をとるように心がけて



心電図検査(1年)



耳鼻科検診

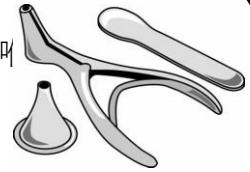


尿検査



## 耳鼻科検診

担当医：宮前 吉宏 先生（あいあい耳鼻咽喉科）



○ 耳、鼻、のどに病気がないかを調べます。

実施日	時間	対象	場所
5月21日(木)	8:45~10:30 頃	あゆみ、1年、2年1~2組	保健室
5月28日(木)		2年3~5組、3年生	

### 検診の受け方

マスクは外しておく

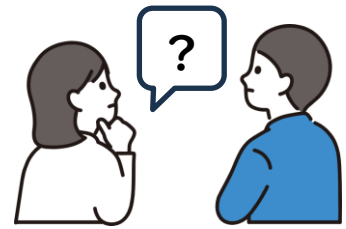
- ① 名前を言いながら座る
- ↓
- ② 右耳(顔は左向く)
- ↓
- ③ 左耳(顔は右向く)
- ↓
- ④ のど(顔は前)
- ↓
- ⑤ 鼻 (顔は前で口を開ける)

音声異常や構音・言語異常  
をチェックしているよ！

受け方の順番を覚えてス  
ムーズに検診が進むよう  
に協力してね！



## その香り、大丈夫？～香害について考えよう～



香水や柔軟剤、制汗剤などの「香り」によって、体調が悪くなる人がいることを知っていますか？

よい香りでも、人によっては不快に感じたり、頭痛や気分不良の原因になることもあります。

### どんな症状がでるの？

○頭痛 ○めまい ○吐き気 ○咳 ○息苦しさ ○集中力の低下

この香害が原因となって、化学物質過敏症（※）を発症する人もいます。



### どんなものが原因なの？

○柔軟剤 ○香水 ○制汗剤 ○汗拭きシート

○シャンプーや整髪料 ○洗剤や消臭剤 ○ハンドクリーム など



### 気をつけることはなに？

○学校や公共の場では、強い香りがするものは控える

○汗をかく季節ですが、「香りを足す」よりも、こまめに汗を拭いたり、着替えよう

○自分がよい香りと思う匂いが、不快に感じたり、気分不良になる人がいることを理解する

⇒「自分は大丈夫」ではなく、「周りの人はどう感じるかな？」と考えることが大切です

### 保護者の方へお願い

香りは生活を豊かにしてくれる一方で、感じ方には個人差があります。中には、強い香りによって体調を崩してしまうお子さんもいます。学校は多くの人が同じ空間で過ごすため、香りの影響を受けやすい場所でもあります。

★柔軟剤や洗剤は使用量を守る、または控えめにする

★「無香料」や「微香タイプ」の製品を取り入れる

★衣類や持ち物の香りが強くなっていないか確認する

などご家庭でも少し意識していただけると助かります。子どもたち一人ひとりが安心

※化学物質過敏症とは、微量の化学物質であっても、アレルギー様反応を発症することです。症状としては、頭痛、全身倦怠感、不眠、便秘、動悸などの症状が多いといわれています。重症になると日常生活が困難とな