

保 健 だ よ り 第1号

与勝緑が丘中学校・与勝高等学校 保健室 2022年4月8日発行



新学期がスタートしました。気持ちも新たにならばろうと思っ
ている人も多いのではないのでしょうか。いろいろなことに挑戦し、自
分をもっともっと高めていってほしいと保健室から願っています。
それにはやはり、心と体が元気であることが一番です。自分の健
康は自分できちんと管理できるように心がけましょう。

☆尿検査 なぜ受けるの？

おしっこには病気のサインもあらわれます。

↑4月11日(月)・12日(火)・13日(水)です。

この3日間で提出してください(生理中の生徒は除く)。



健康なおしっこの色はうすい黄色・・・でも朝起きてすぐのおしっこは濃縮されていて、色が濃くなり
ます。暑くて汗をたくさんかいたり、運動して体から水分がたくさん失われたりしたときも同じです。

理由がはっきりしている、こんなときは心配ありません。腎臓や、腎臓から尿道にかけての通り道に
異常があると、おしっこの中に、たんぱく・糖・血液がまじったり、おしっこの量や、にごり、においの変化
などで病気が見つかったりすることがあります。尿検査は、痛くもないし簡単に受けられる安全な検査
なのです。

もし異常が出たからといっても、すぐに病気だと決めつけられません。その日だけ、たまたまそんな
結果が出てしまうこともあるからです。次に詳しい検査をすることになります。おしっこにあらわれるサイ
ンで、自分では気がつかない病気を早めに見つけることができるのです。

部活でケガをしたときは

部活動中にケガをして受診したとき、日本スポーツ振興センターの
災害共済給付金が支払われる場合があります。

給付の条件

- ・学校管理下であること
- ・医療機関の窓口で支払った医療費の自己負担額が1,500円以上であること

給付を受けるには、医療機関に記入してもらう書類などが必要です。用紙は保健室にありますので、
ケガをしたときには保健室にご連絡を。



健康診断を受けるのは、なぜ？

自分の体を知るため

成長や健康の様子を知る手がかりになります。



自分の健康を守るため

詳しい検査や治療を受けるきっかけになります。



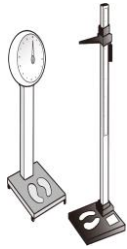
健康な体を育てるため

より健康に過ごせるよう考える機会になります。



身体計測 4/12 (火)

身長・体重を測ります。
△どのくらい成長したか
△バランスよく成長しているかを知る手がかりになります。



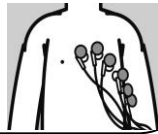
聴力検査 4/12 (火) 1・3年生

オーディオメータという機器を使って、高さの違う2種類の音が聞こえるかを調べます。
△聞こえにくくなっていないかを知る手がかりになります。



心臓検診 4/12 (火) 中1・高1

心臓が動くときに出る、弱い電流を記録する「心電図」という検査をします。
△心臓の働きに異常がないかを知る手がかりになります。



校医検診

4/21 (木)・28 (木)・5/19 (木)・26 (木)
6/2 (木)

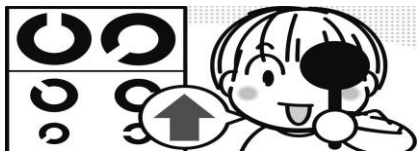
学校医の先生の診察を受けます。

△心臓や肺の働きはどうか
(聴診器で胸の音を聴く)
△皮膚や背骨、胸の状態
△栄養が十分とれているかなどをみてもらいます。



視力検査 4/12 (火)

視力表を使って、おおよその視力を調べます。



*今年度、与勝緑が丘中学校は学校保健統計調査実施校に指定されています。

そのため、コンタクトレンズ・メガネをはずして裸眼視力を検査しなければいけません。コンタクトレンズを装着している中学生のみなさん。その日はコンタクトレンズを使用しないで登校するか、または、レンズケースや保存液を各自で準備して、検査に備えてください。ご協力よろしくお願いします。

歯科検診 5/18 (水)



学校歯科医の先生の診察を受けます。
△歯や歯ぐきの状態
(むし歯や歯周病にかかっていないか)
△歯並びや、歯のかみ合わせの様子をみてもらいます。

結核検診 4/12 (火) 高1年生のみ

胸部レントゲン検査にて、
△結核にかかっている可能性がないかをみます。



必要だと判断された場合は、病院で詳しい検査を受けてもらうことになります。