

# 保健室からのお知らせ

令和6年4月  
中村高校 保健室

新年度が始まりました。たくさんの出会いがある新学期、環境の変化に加え4月は行事が多いので、自分で思っているより緊張したり、疲れたりしているかもしれません。この1年間楽しく健康に学校生活を送れるように、自分のホッとできる時間を大切にしてください。



みなさんが健康で安全な毎日を過ごすために必要な検査や検診です。自分の受診項目と日にち、持ち物等を確認しておきましょう。

項目	日時	対象者	持ち物・注意事項
尿検査一次	4月23日(火) 4月24日(水)	全学年	自宅で、当日の朝「早朝尿」を採ってください。 <b>起床後直ちに採ります。</b> (食事後や運動後は「蛋白」や「糖」が排出されることがあります。) 正しい検査のために出始めの尿ではなく <b>中間の尿</b> を採りましょう。
尿検査二次	5月15日(水)	二次検査対象者、一次検査未提出者	【他にも尿を提出できる日があります。日にちについては後日、該当者に連絡しますので、連絡を待っていてください。】
尿検査予備日	5月30日(木)	二次検査対象者、一次検査未提出者	
歯科検診	4月18日(木) 4月25日(木)	全学年	検査当日は正しく検査ができるように、 <b>必ず歯を磨いてきましょう。</b>
歯科検診予備日	5月23日(木)	詳細は後日連絡します。	<b>検診前に、必ず各自うがいをしましょう。</b>
内科検診	4月19日(金) 5月2日(木) 5月23日(木) 5月24日(金) 5月30日(木) 5月31日(金)	全学年	当日、朝に配られる「問診票」を記入して、検査場に持参してください。
内科検診予備日	7月4日(木)	詳細は後日連絡します。	男女とも、 <b>体育時の半袖シャツと長袖シャツを準備しましょう。</b>



## 健康診断の目的～健康を自分で守るきっかけに～

- ☆1☆ 自分のからだの状態を知ること
  - ☆2☆ 病気を早く見つけて、治療できるようにすること
  - ☆3☆ 健康について考えること・・・
- 自分の健康を守ることができるのは自分です。健康診断を受け、自分のからだの状態について知っておくようにしましょう。

項目	日時	対象者	持ち物・注意事項
眼科検診	5月22日(水)	全学年	コンタクトレンズ使用者は、つけたまま受けます。 (その場で眼科医に自分で言います。) 眼鏡使用者は、眼科医の前で外してください。 前髪の長い人はヘアピンで留めてください。
	5月29日(水)	詳細は後日連絡します。	
身体計測	5月1日(水)	全学年 (体カテストと同日)	身長・体重・視力・聴力(聴力は1・3年生のみ)を計測します。視力検査においては、眼鏡・コンタクトレンズ使用者は必ず持参し、矯正視力のみ測定します。
血圧・心電図検査	4月30日(火)	1年生	男女とも、 <b>体育時の半袖シャツと長袖シャツを準備しましょう。(肌寒い場合もあるため。)</b> 長い髪は、ゴムで左右どちらかに束ねる。
胸部レントゲン撮影	4月30日(火)		★金属ホック・プラスチックホック・スナップのない下着を準備し、着用してください。
耳鼻科検診	6月6日(木)	1年生	耳垢は事前にできる範囲で取り除いておきましょう。長い髪は、ゴムで束ねる。
	6月27日(木)		

※色覚検査については、1年生は、検査の希望調査を実施します。2、3年生の希望者は、保健室へ申し出てください。  
※各検査・検診の詳細な方法は、検査が近づきましたら別途お知らせしますのでご確認ください。  
※個別対応が必要な場合は、保健室まで申し出てください。



検査の結果、「所見あり」の場合は結果が出次第、随時お知らせしますので、早急に受診をして報告書を提出してください。また、「所見なし」の場合は検査結果を後日まとめて通知します。