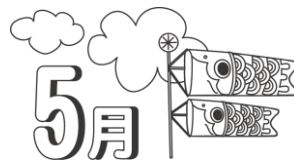


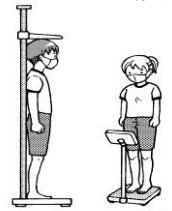
# 保健室だより



宮城県美田園  
高等学校  
2024.4.23(火)

今月の保健目標…健康診断を受け、自分の健康状態を把握しよう!

生徒健康診断について 5月19日(日)に生徒健康診断を行います。



5/19(日) 9:10~

・2024年度生 ・2021年以前生

5/19(日) 13:10~

・2023年度生 ・2022年度生

○検診項目について…身長、体重、視力、内科検診、眼科検診、歯科検診、色覚検査、聴力検査  
詳細については5月9日(木)の臨時発送で保健室だよりと尿検査容器等を同封しますので確認してください。(尿回収は5/27・6/3・6/10です。)

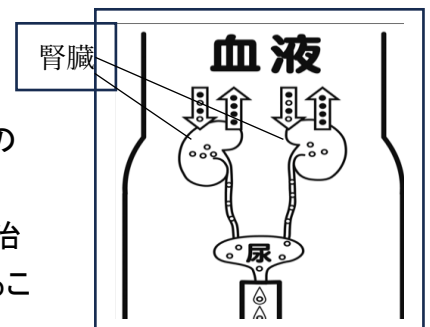
○耳鼻科検診は6月30日(日) 11:00~12:30 保健室前(スクーリングの空き時間を利用して受診)

## ～健康診断特集～

○尿検査は腎臓の病気を早期発見するために行います。

腎臓の働き…腰の上に左右1つずつある腎臓に、血液中の老廃物が運ばれます。その老廃物は腎臓の糸球体でろ過され、不要になったものは、尿管を通過して膀胱にたまり、尿として排泄されます。

腎臓病は症状が現れる頃には病気が進行していて、透析や腎移植の治療が必要になることもあるので、尿検査を受けて病気を早期に発見することが大切です。



○視力検査は学校生活に支障がない視力か、見え方に異常がないか調べます。

眼科検診は目やまぶたに病気や異常がないかを調べます。

視力の判定基準 A・B・C・D の見え方

- ・A(1.0以上)…みたその教室の後ろの席からでも黒板の字がよく読める。
- ・B(0.9~0.7)…みたその教室の後方でも字が読めるが小さい字は読みづらい。

近視が始まっている可能性があります。

- ・C(0.6~0.3)…みたその教室の後方では字が読みづらい。

近視や眼の病気の可能性がある。

- ・D(0.3未満)…みたその教室の前方の席でも黒板の字が読みづらい。



C・Dと判定されたら眼科を受診し、必要に応じて眼鏡やコンタクトレンズの使用を検討しましょう。

○歯科検診は歯や歯肉の状態、かみ合わせに異常がないかを調べます。

1本1本の歯の状態を見ている。「CO」と聞こえたら初期のむし歯なので要注意、「C」と聞こえたらむし歯になっているので治療が必要です。むし歯がなくても歯科医院で定期健診を受けましょう。また歯の形や位置に合わせて歯ブラシの当て方を工夫すると隅々まで磨くことができます。この機会に歯の磨き方を振り返ってみましょう。

～カウンセリング予定～

5月12日(日)・15日(水)・26日(日)・27日(月)

- \* 申し込みは保健室(北村)または年度担任まで。
- \* 電話での申し込みや相談も受け付けています。

☎ 022-784-3572(保健室北村)

