

# 保健だより



4月

久喜南中・保健室  
令和6年 4月号

新入生のみなさん、ようこそ久喜南中学校へ！ ご入学おめでとうございます。そして、2・3年生のみなさん進級おめでとうございます。養護教諭の です。みなさんが毎日元気に勉強したり、運動したり、行事に参加したりするための基本となる「心と体の健康」のお手伝いをさせていただきます！



4月の健康診断の予定です。今後検診や検査が済み次第、その結果を順次お知らせしていきます。「お知らせ(受診勧告書)」をもらって医療機関を受診しましたら、結果を学校にお知らせください。

日時	項目	対象者
22日(月)	内科検診	全学年
26日(金)	尿検査一次	全学年
30日(火)		
30日(火)	心臓検診	1年生

※心臓検診(1年生)、脊柱側彎症検診(1年生)、貧血検査(2年生)は、学校で検査を受けられなかった場合、予備日に保護者引率で受けていただくことになります。

## 自分のからだに興味を持とう！

健康診断が始まります。「病院で診察を受けよう」というお知らせをもらう人や「なにもなかったよ」という人など、いろいろな人がいます。ただ、それだけで終わるのはもったいないです。顔が人によって違うようにからだもそれぞれ個性があります。自分のからだの個性を知るきっかけになるのが健康診断。これから目標に向かって頑張るためのベースとなる「からだ」。自分のからだに向き合う時間を作ってみましょう。

## 尿検査について

**目的**：尿に、尿たんぱくや尿糖、潜血がないかを確認して、腎臓に異常がないかを調べます。

\* 4月25日(木)に容器を配布します。

\* 4月26日(金)に忘れた場合は30日(火)に提出。必ずこの2日間で提出してください。

\* 二次検査は5月15日(水)になります。

## 注意事項

**【前日】**前日から注意しておきましょう。

①検査に影響することがあるので、**前日の夕方からはビタミンCを含んだジュースや、サプリメント等を飲まないようにしましょう。**

②寝る前に必ずトイレに行っておきましょう。

**【当日】**正しいとり方をしないと異常が出ることがあります。

①朝一番の尿をとる

②中間尿をとる

③容器の確認:ふたをしっかりと閉め容器を入れる袋に名前のシールが貼ってあるか確認してください。

また、**提出する時は、ビニール袋やラップ等で包まないようにしてください。**

**※配布されたシールを容器及び袋に必ず貼ってください。シールの記載に誤りがありましたら、赤ペンで訂正してください。**



寝る前に紙コップと  
容器をトイレに用意!!