



浦和西高等学校 保健室

令和元年5月発行

風薫る5月・・・

新学期がスタートして一ヶ月が経ちました。GWも過ぎ学校生活も落ち着いてきましたね。

5月は過ごしやすく気持ちのいい季節ですが新しい環境での不安や緊張から自分でも気づかないうちに疲れがたまり体調を崩しやすくなっているものです。生活リズムを整えて、毎日元気に過ごせるように心がけていきましょう。間もなく中間テストも控えています。特に1年生は慣れない中、勉強と部活の両立で大変かもしれませんが、計画を立てて準備を進めていきましょう。



定期健康診断予定

今月の予定は下記の表のとおりです。対象になっているか確認し、準備をお願いします。体調を整え、休まないようにしましょう。



日時	検診項目	対象者
5/8(水)	尿検査	全学年
5/9(木)	尿検査	1日目未提出者
5/9(木) 13:20～	眼科検診	全学年
5/10(金) 12:45～	耳鼻科検診	1-3、4、6、7組 3年該当者
5/14(火) 12:45～	耳鼻科検診	1-1、2、5、8、9組
5/16(木) 9:00～	胸部X線撮影	1年生(全)
	聴力検査	1年生(全)
5/24(金)	尿検査(2次)	再検査者、1次未提出者

健康診断をより理解して受けてもらうためのお話です。

尿検査は糖尿病や腎炎などの腎臓の病気を早期発見するために検査をします。私たちのからだの60%は水でできています。その水はきれいではないといけません。でも私たちが生きていると体のいろんなところから不要物がでます。そこで活躍するのが腎臓です。腎臓は、血液の中からいらぬものを取り除くフィルターの役割を果たしていて、必要な分だけ再吸収され、いらぬものは水分と一緒に尿として排出する仕組みになっています。もし、その働きが悪くなってきたとしても、すぐに痛くなったりしないため発見が遅れてしまうこともあります。2次対象者及び1次検査で提出できなかった人は、必ず期日に提出するようにしてください。

