

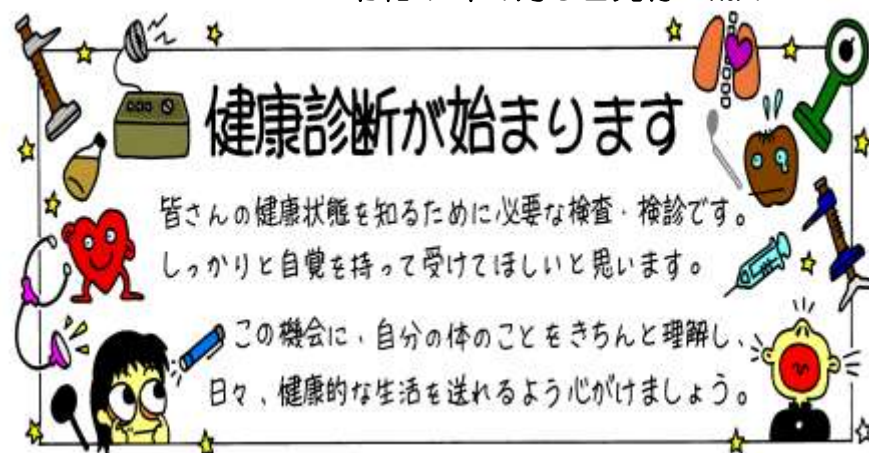
保健だより

南風原高等学校・南風原高等支援学校 保健室
令和7年4月9日発行 No.1

入学・進級おめでとうございます。
新しい環境の中、生活リズムを整え、心身ともに万全な状態で、今年度挑戦したいことに臨みましょう。
保健室では、みなさんが心身ともに元気に過ごしていけるよう、サポートしていきます！！

養護教諭 金城 映子
仲宗根 ひかる

よろしくお願いします！！



令和7年度健康診断日程

項目	目的	日時
心電図・胸部X線検査 (1年生)	心臓や肺など、胸の病気や異常がないかを調べる	4月15日(火) 1~3校時
尿検査	腎臓の病気や糖尿病等がないかを調べる	4月16日(水)~18日(金) 朝のSHR時に提出
身体測定	身長・体重をはかり、成長の度合いを調べる	4月24日(木) 3~6校時
視力検査	学校生活に支障がない視力であるかを調べる	
聴力検査(1, 3年)	学校生活に支障がない聴力であるかを調べる	
内科検診	健康状態を把握し、疾病予防・健康増進を図る	
尿(二次検査)	一次の検査結果で再検査の生徒、または一次で理由があり提出できなかった生徒	5月8日(木)・9(金) 朝のSHR時に提出
歯科検診	むし歯や歯並び、アゴの状態等に異常がないかを調べる	5月22日(木) 4~6校時



尿検査について確認しよう

提出日：令和7年4月16日(水)・~18日(金) 二次検査：5/8(木)、5/9(金)

※提出できない理由のある人は、保健室に連絡してください。

★採尿の仕方

- ① 前日はビタミン剤の服用は避け、寝る前に尿を済ませておく。
- ② 当日の朝、起きて一番の尿をとる。
※その際、尿の始めは捨てて、途中の尿をとる。
- ③ 採尿容器の2/3以上、尿を吸い上げ、キャップをしっかりと閉める。
- ④ 採尿容器をビニール袋に入れる。

★提出方法

- ① 提出日の朝のSHR時、各教室に設置した回収ラックに各自で提出する。
- ② ラックに提出の際は、必ず自分の番号のところに提出する。
- ③ クラス分回収後、保健委員はラックを保健室に提出する。

※注意！！

- 1 提出期日・時間を必ず守ること。
- 2 全員必ず提出します。(理由のある人は相談に来て下さい。)
- 3 未提出者は、体育的活動行事に参加できません。

※ 容器配布時に、
名前・番号が印字さ
れているシールを、
採尿容器に張り付け
て下さい。

