

# 保健室だより

## 東北学院大学 保健室

- ◆土樋キャンパス 8号館 2階
- ◆泉キャンパス 1号館 2階
- ◆多賀城キャンパス 1号館 2階

## 定期健康診断は必ず受けましょう!!!



### 定期健康診断日程について

毎年 4 月上旬に法律の定めにより全学生を対象に定期健康診断を実施しています。日程や内容は後期試験日程とともに配布したとおりです。本学ホームページにも掲載しています。アルバイトや私的な予定を入れることのないよう、指定された日に必ず受診しましょう。3 月の新年度資料配布（工学部は教務ガイダンス）時に「健診のお知らせ」・「健康調査票」・「尿検査物品（対象学年のみ）」を持ち帰り、内容をよく確認しておいてください。

### 健康診断を受ける意義

学校の健康診断は病気の確定診断を行うものではありません。学校生活等を送るために支障がないか健康状態を把握する・異常の有無や医療の必要性を判断する・自分の健康状態を把握し生涯の健康の保持増進に役立てることなどが目的です。

#### 病気の早期発見・早期治療

特に症状がなくても、検査を受けて初めて病気が見つかることもあります。早く見つけて早く治すためにも健康診断は重要です。

#### 病気の早期予防

健康診断結果を通じて自分が注意しておくべき内容に気づき、将来の病気の予防を意識することが大切です。

#### 自己の健康管理

昨年まで異常がなくても今後も異常なしという保証はありませんので、毎年受けることが大切です。体は年齢を重ねることだけではなく、日々の生活習慣の影響を受けても徐々に変化します。喫煙などの好ましくない習慣の影響が健診結果に現われる事もあります。現在の生活習慣は将来の健康状態につながっています。青年期の今こそ、食事・運動・休養などのバランスに留意した生活習慣を身に付ける時です。



### 結果配布について

健康診断結果の配布時には、お知らせ配信・掲示板などでお知らせしますので、保健室に各自受け取りに来てください。**結果に所見があるなどして早急な対応が必要な場合は、別途保健室から電話・お知らせ配信・掲示板などで呼び出しをします。**

#### ●卒業年度生の結果配布と証明書

5月連休前後に結果配布を開始します。定期健康診断の未受診者は健康診断証明書の発行はできません。

#### ●その他の学生

5月下旬～6月上旬頃に結果配布を開始します。

### 定期健康診断で実施する検査項目

#### ★身長・体重（全学生）

身長と体重のバランスを確認します。肥満・やせ過ぎは、将来の健康にも影響を及ぼします。

#### ★胸部レントゲン（全学生）

結核などの肺の病気の早期発見が大きな目的ですが、脊柱異常や心肥大などの所見も見つかることがあります。結核の集団感染を防ぐ目的もあります。

#### ★心電図・心音図（新入学生および卒業年度生）

心臓の動き、心拍数やリズム（不整脈の有無）、心雑音の有無を調べます。

#### ★尿検査（新入学生および卒業年度生）

腎臓や尿路の病気、糖尿病などの早期発見に必要な検査です。

#### ★血圧（新入学生および卒業年度生）

心臓から血液を送り出す圧を反映しています。高血圧が続くと心臓や血管に負荷がかかり重大な病気の原因になります。何らかの病気の影響で高血圧になることもあります。

#### ★血液検査（学部 2 年生および放射線使用の工学部生）

自分では気が付きにくい、貧血や生活習慣病（脂質異常症や脂肪肝など）の可能性を調べます。

#### ★視力（卒業年度生）

OA 機器の使用による視力低下が増えています。眼鏡やコンタクトレンズなど普段使用しているものがあれば持参してください。

#### ★問診・健康調査票（全学生）

学校生活の中で適切に支援ができるように、既往歴や現病歴などを確認します。ライフスタイル問診では、内容に基づいて校医や保健室職員から指導や助言をすることがあります。健康診断前にしっかり記入し、自らのライフスタイルを振り返る機会にしてください。

※各検査結果のみかたは、結果配布時に改めて説明をします。



春休み期間中も規則正しく過ごし、体調を整えて春の健康診断に臨みましょう♪