

2020年度 1年生の健康診断について

委託先の沖縄県健康づくり財団で受診できなかった学生（1年生のみ）を対象に、学内で健康診断を実施します。保育科の学生は、必ず受診してください。受診しないと、実習に行けません。

注意事項

- 当日、発熱や風邪症状など、**体調が悪い場合は受診しないでください。**
- 2週間以内に県外・海外へ渡航歴がある場合受診できません。（10/3以降に帰沖）
- 必ずマスクを着用してください。
- 密を避けるため、できるだけ指定された受付時間での受診をお願いします。
- 胸部レントゲン撮影をスムーズにするため、無地のTシャツの着用をお願いします。

【対象】 1年生で健診を受けていない学生

【健診内容】 身長、体重、血圧、検尿、視力、胸部レントゲン、内科検診

※ 事前に尿検査の容器をメッセージBOXから受け取り、当日採尿して持参すること

【場所】 体育館

【日時】 2020年10月17日（土）

受付時間	英コミ科(学籍番号)	英語科(学籍番号)	保育科(学籍番号)
8:30~9:00	4203001~4203030	2201001~2201010	講義
9:00~9:30	4203031~4203060	2201011~2201020	
9:30~10:00	4203061~4203080	2201021~2201030	
10:00~10:30	講義	2201031~2201077	
10:30~11:00		2202001~2202040	
11:00~11:30		2202041~2202084	

※未受診の学生で、健診当日も受診できない場合は、沖縄県健康づくり財団へご自身で予約をし、受診してください。

（沖縄県健康づくり財団 098-889-6474 費用：無料 期限：10月末まで）

沖縄刊外大学院大学・沖縄刊外教短期大学 9月

問い合わせ先：098-946-1764

学生課保健室 與那覇

<検査項目について>

- * **身長、体重**・・・栄養、健康状態を知る上で必要な項目です。そのバランスで肥満、痩せ過ぎを知り、これまでの食生活を振り返るのも大事です。肥満はメタボリックシンドロームの引き金となります。

適正体重判定 **BMI : 18.5~25.0**

18.5 未満「やせ」 25 以上は「肥満」

$BMI = \text{体重 (kg)} \div \text{身長 (m)} \div \text{身長 (m)}$

- * **血圧**・・・血圧は通常、上腕で測定します。

正常血圧：収縮期血圧 130 mm Hg/ 拡張期血圧 85 mm Hg 未満

心臓が最大に収縮して血液が動脈に押し出されたときに血管壁にかかる圧力を収縮期血圧といいます。一方、心臓が拡張して、血管壁に戻ってきた血液を貯めこんでいるときに血管壁にかかる圧力を拡張期血圧といいます。

- * **検尿**・・・腎臓、膀胱炎、糖尿病などを調べます。当日生理の場合、尿に潜血が混じりますから、後日指定の日に提出してください。提出がないと健康診断書の発行ができませんのでご注意ください。

- * **胸部レントゲン直接撮影**

胸部レントゲン写真には胸郭、縦郭、心臓、大動脈、肺の血管などが写ります。形、大きさの異常もわかります。又、肺に結核・ガンなどX線を透過しにくい病変があるとそれも写ります。空気や脂肪はX線の透過性があるので肺は黒っぽく映ります。一方、骨・筋肉は透過性が悪いので、より白く映ります。県内の大学でこの定期健診で結核のみつかった例があります。自分の為だけでなく、隣人の為にも健診は大切なことなのです。

- * **視力検査**・・・学校における視力の検査は、学習に支障のない見え方であるかどうかの検査です。既にメガネやコンタクトを持っている人は装着してきて、検査の方に伝えてください。

- * **診察**・・・見ることで異常がないかを判断する視診、触れて異常なものを見つける触診、聴診器を当てて異常音が聞こえないかを調べる聴診などがあります。

