

新年度がスタートしました。みなさんは「早寝・早起き・朝ご飯」を意識して生活を送っていますか？この3つは、健康なからだを作るためにとても大切なものです。この3つを意識しながら生活リズムを整え、体調管理をしましょう。今年度も、健康で元気な1年間を過ごせるように頑張ろう！



健康診断は自分のからだについて知ることのできる良い機会です。健康診断の予定を確認し、きちんと受けるようにしましょう。
健康診断の結果、治療する必要のあった場合は、早めに病院に行くようにしましょう。

健康診断って何を調べるの？

内科検診

- ・栄養状態
- ・皮膚の状態
- ・心雑音や不整脈
- ・背骨や手足の異常



眼科検診

- ・充血や目やに
- ・かゆみや痛みの有無
- ・まぶたの皮膚の状態
- ・さかまつげ



耳鼻科検診

- ・耳の聞こえ
- ・耳の中の状態
- ・鼻の出血
- ・のどの状態



歯科検診

- ・むし歯
- ・歯並び
- ・あごの関節
- ・歯ぐきのはれや出血



尿検査

- ・蛋白、潜血、糖
(これらがあると、腎臓の病気や糖尿病の疑いがあります。)



X線・心電図

- ・胸のレントゲン
- ・心臓の異常

