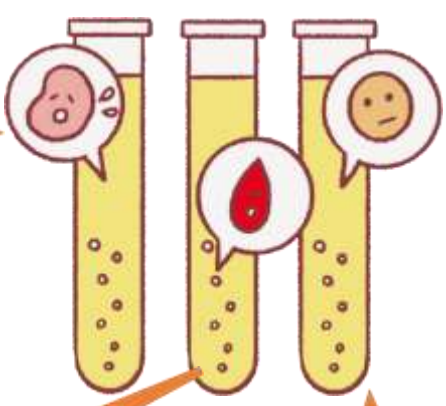


## 尿検査で何が分かるの？

尿検査は毎年みなさんが受ける検査ですが、自分の尿（おしっこ）を取るのは大変ですよ。しかし、尿（おしっこ）は、体の中の状態を身近に見せてくれます。「10時までにしなきゃ！」と苦労する検査ですが、毎日見る自分の尿をじっくり見てみませんか？

たんぱく

尿にたんぱくが混ざって  
いるかによって腎臓が病  
気になっていないかどう  
かを調べます。



潜血(せんけつ)

たんぱくの検査だけではわから  
ない、軽い腎臓の病気を発見し  
ます。

糖(とう)

尿に糖が出ていると、糖尿病の  
おそれがあるため、糖が混ざっ  
ていないか調べます。

### 4月の健康診断の予定

日にち	検査項目	対象者
4月21日(火)・22日(水)	尿検査	全員
4月15日(水)	心電図検査、胸部 X 線検査(高1のみ)	小1、中1、高1
4月21日(火)	耳鼻科検診	中、高
4月28日(火)	内科検診	幼、小2~6、中2~3

★身長測定・体重測定も定期的に行います。

5月・6月の健康診断の予定はホームページに載っています。ドキドキする4月ですが、この機会に自分の体の健康のことを知ってみましょう。

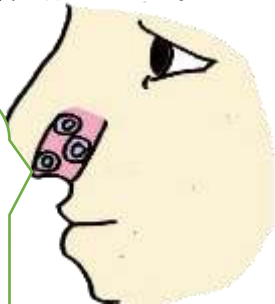


# かふんしょう 花粉症が起こるしくみ

3月くらいから、つらいと感じている人も多い「花粉症」。花粉症はアレルギーのひとつで、鼻水や目のかゆみが主な症状ですね。鼻水やくしゃみ、かゆみなどの症状は、本来体の中に入ってこようとする物質を外へ追い出す働きがあり、病気から体を守ります。ただ、花粉症をはじめとするアレルギーは、働きすぎてしまい、つらい症状になってしまうのです。

①皮膚や粘膜などには肥満細胞があります。

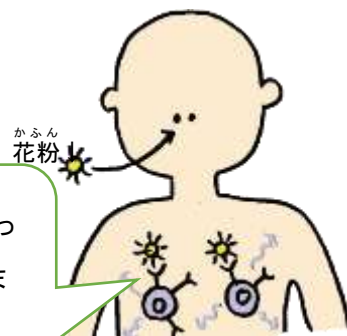
肥満細胞は体の外から入ってくる物質を外へ出そうとする働きがあります。



②花粉が入ってくると、体を守るしくみが働き、

抗体が肥満細胞にくっつきます。

抗体は外から入ってきた物質を捕まえて覚えます。



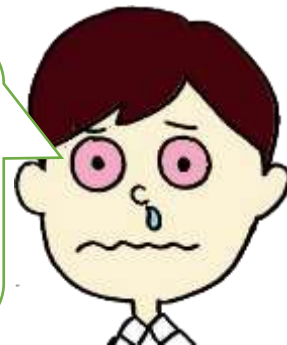
③再び花粉が体の中に入ってくると、抗体が

「敵だ!」と思って、肥満細胞から炎症を起こす物質(ヒスタミン)を出します。



④くしゃみや鼻水、目のかゆみなどが起こります。

鼻水やかゆみは、花粉を外に出そうとしています。(でも、多めに出やすいです)



ひさんりょう おお ひ たいさく  
飛散量の多い日は対策を

