

# 定期健康診断を受診しましょう

健康状態は変化するので、年に一度の定期健康診断が必要となります。

健康診断の結果からこんなことがわかります。健康維持にも役立てることができます。



## ・身長・体重

測定は簡便だけど健康には重要項目  
指標としてはBMI値が用いられる。

$BMI = \text{体重(kg)} / [\text{身長(m)}]^2$

標準値は22

25を超えると肥満

18.5以下と少なくとも注意！



## ・尿検査

尿蛋白：陽性だと腎炎やネフローゼが疑われます。(学生に多い)

尿糖：陽性だと糖尿病が疑われます。

尿潜血：腎炎や結石が疑われます。

**\*令和4年度は健康診断で異常のあった方のみ実施します**



## ・血圧検査

収縮期血圧(最高血圧)と拡張期血圧(最低血圧)

常に最高血圧が140以上、最低血圧が90以上ある人は要注意！

(体重に関連性があります。学生に多い傾向があります)

## ・胸部撮影検査

結核や肺がんなど肺の病気をはじめ心肥大など心臓  
の形態異常も判定できます。

肋骨や脊椎の変形や骨折なども分かる場合があります。

## 健康診断証明書は

### 就職活動や実習等を受ける場合に必要となります。

例) 2022年4月に定期健康診断を受診すると

2023年3月末日まで健康診断証明書は発行可能です。

アルバイトするときにも勤め先から健康診断書の提出を求められることがあります。

健康診断書の発行は次の場所でできます。

- 諸証明自動発行機
- 徳島大学キャンパスライフ健康支援センター:保健管理部門(教養教育5号館1階)



## 費用について

学内の定期健康診断は無料、健康診断証明書の発行も無料です。

医療機関で受診すると 8,000円以上、証明書発行も1通につき3,000円以上かかります。

例) 就職活動で10通必要なら 8,000円+3,000円×10通=38,000円 が必要

定期健康診断は学校保健安全法により年に一度の受診が義務づけられています。  
健康診断証明書の必要の有無にかかわらず、全員が受診しましょう。