

重要

学生の皆さんへ（新入学の学部1年生および編入生を除く）

4月に実施する令和8年度 定期健康診断につきましては、次の要領で実施いたします。
必ず最後まで確認の上、**ルールを守って受検**するようにしてください。



定期健康診断について

日程・場所

- 物部キャンパス（日章会館）：**朝倉キャンパスの学生は受検できません**
令和8年4月1日（水）
- 朝倉キャンパス（北体育館）：**物部キャンパスの学生も受検できます**
令和8年4月3日（金）・6日（月）・9日（木）・10日（金）
※ 男女別になっている日は3・6・9日となります（後述の表を御確認ください）

対象者は学生全員（連大生を含む）で、短期留学生や科目等履修生、休学中の方も受検できます。日にちや時間帯により男女が分かれていることが多くなっていますので、お間違いのないよう受検してください。

また、女子で月経中（前後3日間を含む）の場合も尿検査以外は受検できますので、採尿せずお越しください（尿検査のみを再検査日に行っていただくことになります）。

物部キャンパスでの実施日が1日しかないため、物部キャンパスの学生さんについては朝倉キャンパスでの受検が可能です（朝倉キャンパス実施日のどの日時でも構いませんが、日にちや時間帯により男女が分かれていることが多くなっていますので御注意ください）。

何らかの配慮等が必要な方は、保健管理センターへ御連絡(088 - 844 - 8158)ください。

物部キャンパス実施日：日章会館

		胸部レントゲン受付時間※	
4月1日 (水)	午前	女子	8:50 - 10:15
		男女混合	10:15 - 10:30
		男子	10:30 - 11:30
	午後	男子	13:00 - 15:15
		男女混合	15:15 - 15:30
		女子	15:30 - 16:30

物部キャンパス
以外の方は
受検できません

※ 受付は午前・午後とも、男女混合の時間を経て男女が入れ替わります。
特に、男子は15:30以降には受付ができなくなりますので注意してください。

朝倉キャンパス実施日：北体育館

		胸部レントゲン受付時間
4月3日 (金)	終日女子	8:50 - 11:30 13:00 - 16:30
4月6日 (月)	終日男子	8:50 - 11:30 13:00 - 16:30
4月9日 (木)	午前：女子	8:50 - 11:30
	午後：男子	13:00 - 16:30
4月10日 (金)	男女混合	8:50 - 11:30
		13:00 - 16:30

物部キャンパスの
方も各日において
受検できます

実施要領

① 胸部レントゲン撮影

撮影時に下着は着用できません。また、**撮影前に受検受付が必要ですが、この時点での着用も認めていません。**ただし、**更衣室は設置していない**こと、また最終日の4月10日は男女混合での実施となっていますので、女子は下記の**★および6ページ目**を確認のうえ、撮影できる服装を自宅からしてくる等の工夫をしましょう（レントゲン車内で脱ぎ着をすることのないようにしてください）。

★ 撮影時の服装について（6ページ目も見てください！）

- **薄手の無地**のTシャツならば、着用したままの撮影は可です。
その上に、ニットやコート等を着て健診会場にお越しください（脱いで無地のTシャツ1枚になりやすいようにしてきてください）。
- 飾り等（プリント（バックプリントも）、ボタン、金具、ファスナー、刺しゅう、ビーズ、スパンコール、ラインストーン、プラスチック部分）のある衣服は着用できません。
なお、タンクトップ型のカップ付インナー（例：某メーカーのブラトップ）やワイヤーレスのスポーツブラを着用したままの撮影も可能ですが、撮影時は、この上には何も（無地のTシャツも）着ない状態となります。
- Tシャツの下に下着を着けていなくてもTシャツに上述の飾り等がある場合や、タンクトップ型のカップ付きインナーやワイヤーレスのスポーツブラでも上述の飾り等があったり、肩紐にアジャスターのあるキャミソール型のカップ付きインナーは着用不可です。

② 身長，体重

当日、スタッフが測定補助をしますが、結果は御自身で記入していただくようになります。友人同士でお越しのさいは、お互いに測定し合っても構いません。
なお、健診会場には筆記用具がありませんので、持参してください。

③ 尿検査

受検当日の空腹時（食事をする前）に採取してください。

食事をした場合は、食後2時間以上経過してから採取してください。

早朝尿（起床後すぐの尿）でなくても構いませんが、早朝尿を持ってくる方は、午前中に受検してください。

女子：月経中（前後3日間を含む）の場合でも、尿検査以外の健康診断を受けることはできます。健康診断当日は採尿せずにお越しください（健康診断会場で後日提出の御案内をします）。

採尿器は、受検日までに保健管理センター（朝倉の健診期間中は北体育館入り口）および物部キャンパス保健相談室まで取りに来てください。なお、学生支援課・物部総務課にも設置を予定しています。

採尿器（中の容器）と外袋には名前を書き（記名していない場合は受け付けません）必ず健診会場内の尿検査ブースまで持ってきてください（例年、保健管理センターや健診会場前の採尿器の中に、そのまま置いていく方がいますが、尿検体としては受け付けていません。そのまま廃棄処分となりますので御注意ください）。

④ 血圧測定

測定は、1日1回のみです（測定日内における再測定はしません）。

⑤ 問診および内科検診

問診票（7ページ目にあります）を御自身でプリントアウトし（**⑥月経に関する問診票と両面印刷にならないようにしてください**）、記入したものを健診当日に持ってきてください。**問診票の持参がない場合は、当日の内科検診が受検できませんので御注意ください。**

なお、内科検診では聴診（聴診器をあてる）もあります。心音や呼吸音を聴きますが、基本的には服の上から聴診しますので（場合によっては、服の下から行うこともあり）、Tシャツや薄手の洋服の着用に御協力ください。

⑥ 月経に関する問診

女子は月経に関する問診票（8ページにあります）も御自身でプリントアウトし（⑤問診票と両面印刷にならないようにしてください）、記入したものを健診当日に持ってきてください。

⑦ 健康診断票

健診会場にありますので御自身によるプリントアウトは不要ですが、当日に記入が必要な箇所があります。参考までに健康診断票を9ページ以降に掲載していますので、健診会場で10ページ目がすぐ記入できるよう回答を準備しておいてください。

⑧ 再検査（心電図検査および血液検査を含む）

必要になった方のみ、日程を記載した再検査用紙を各ブースでスタッフからお渡しします。

⑨ 健診データの提出

健診会場で記入した健康診断票 および 再検査完了（基準値となった）後の再検査用紙については、**受検当日に会場内で提出**していただくようになりますので、**必ず学籍番号と氏名を正しく記入**してください。

1) 健康診断票（および再検査用紙）を提出しなければ、健康診断証明書が発行できません。また、健康診断票を提出しても、学籍番号と氏名が正しく記入されていないことで個人が特定できない場合や、提出せずに自宅に持ち帰り、そのまま紛失してしまった場合は、健康診断証明書が発行できないだけでなく、結果的に健康診断を（胸部レントゲンについては外部医療機関にて自費で）再度受けてもらうことになる可能性もあります。

2) 再検査用紙の提出は、再検査内容が基準値になってから提出してください。**基準値になっていなければ、健康診断証明書の発行はできません。**

注意事項など

・次の①または②にあたる方は、胸部X線撮影については高知県総合保健協会（高知市 棧橋通6丁目7-43）で受検する場合に限り公費負担としますので、必ず下記の期間内（土日および※を除く）に保健管理センターへ申し出てください（申し出の後に受検予約の手続きとなります）。

胸部X線以外の検査項目については、保健管理センターまたは物部キャンパス保健相談室で受けることが出来ます。

なお、期間内に申し出が無かった場合は自己負担となりますが、自己負担の場合は受検先の指定はありません。

① 新型コロナウイルス感染症やインフルエンザ等の学校保健安全法施行規則に定める感染症の罹患により健康診断を受けられなかった方

公費負担の申し出期間：令和8年4月13日(月)～令和8年4月17日(金)

② 授業として行う実習があるまたは特例欠席の対象となるスポーツ競技会へ参加、3親等以内の親族の死亡により健康診断を受けられない方

公費負担の申し出期間：令和8年4月20日(月)～令和8年4月22日(水)

・上記①および②に該当せず学校での健康診断を受けなかった方で、健康診断証明書（または健康診断書）が必要な方は、外部医療機関等で受検し、結果を保健管理センター（または物部キャンパス保健相談室）へ提出してください。この場合も、胸部X線以外の検査項目を保健管理センターまたは物部キャンパス保健相談室で受けることが出来ますが、**必ず外部医療機関等へ行く前に、保健管理センターまたは物部キャンパス保健相談室にお申し出ください。**ただし、外部医療機関等での費用は自己負担となります。

- ・ 健診会場には鉛筆やマジックペン等は置いていませんので、必ず筆記用具を持参してください。なお、**問診票（7ページ目）**および**月経に関する問診票（8ページ目）**は、御自身で**片面ずつプリントアウト**し、必ず自宅で書いてきてください。
- ・ 髪の毛が肩につく方は、胸部レントゲン撮影時に束ねられるよう、ヘアゴム等を御持参ください。
- ・ 体育館には履物がありませんので、スリッパや室内用シューズを持参しても構いません。
- ・ 健康診断の前日は、夜更かしや暴飲暴食を避けましょう。
- ・ 健康診断に視力測定はありませんので、健康診断書（視力を含める）が必要な方や測定を希望する方は、5月7日（木）以降に保健管理センター（または物部キャンパス保健相談室）までお越しください。
- ・ 健康診断の結果は、後日（4月下旬ごろの予定）KULASから確認できます。また、自動発行機からの健康診断証明書の発行も4月下旬ごろの予定となります。

特殊健康診断について

対象者

- 定期健康診断の内科検診において指摘された者（貧血等）
- 実験等で、有機溶剤・特定化学物質を週2回以上使用する（令和8年度内に使用開始予定の者を含む）学部3・4年生および大学院生（連大生を含む）のうちの受検希望者
- 実験等で、電離放射線を使用する（令和8年度内に使用開始予定の者を含む）学生（連大生を含む）のうちの受検希望者

定期健康診断期間中に実施するものではありませんが、特殊健康診断を受けていないと関連施設の利用等ができなくなる可能性もありますので、対象者は必ず受検してください。

また、特殊健康診断は定期健康診断を受検していることが前提ですので、定期健康診断も忘れず受検してください。

なお、特殊健康診断の日程等の詳細については、後日KULAS（お知らせ：保健管理センター関係）で周知しますので、特に該当する方は日頃よりKULASのお知らせを確認してください。



レントゲン受付時の状態「これってアウト？ セーフ？」

- A：「下着はつけていません。寒いのでジャケットを着ていますが、レントゲン車内で脱げば、**無地の前開きボタンのブラウス**にすぐなれます。」
→ **アウト**です。ボタン等の装飾は撮影画像に写り込んでしまう可能性があり、正しい診断が出来ない場合があります。他に着用できるものが無い場合は、裸になっての撮影となるかもしれません。
- B：「**スパンコールのついたTシャツ**の下は、キャミソールタイプの無地のカップ付インナーです。**肩紐の調節部分は・・・ありますね。**」
→ **アウト**です。キャミソールタイプのカップ付インナーは肩紐の調節部分があるものが多いので気を付けましょう。この場合も、他に着用できるものが無い場合は、裸になっての撮影となるかもしれません。
- C：「**無地のトレーナー**の下は、**プリントの無いTシャツ**です。トレーナーはすぐ脱げますし、**下着はつけていますが**、レントゲン車内で外すから大丈夫です。」
→ **アウト**です。レントゲン車内での脱ぎ着は時間を要し、スムーズな撮影の流れの妨げになります。受付時には下着が無い状態になっているかお聞きしていますので、嘘をつくことのないようにしてください。
また、下着をつけたまま撮影すると、ワイヤーや金属が撮影画像に写り込んでしまうため、正しい診断が出来ない場合があります。
(因みにこの場合、下着さえ未着用ならば**（服装だけは）セーフ**でした。)
- D：「前開きファスナーのブルゾンの下は、**無地のタンクトップ型のカップ付インナー**だけです。長袖の無地のカップ付インナーと迷いました。」
→ **セーフ**です。袖部分は撮影に関係ないので、**長袖タイプのものだとしてもセーフ**です。



受付時に「下着はつけていない」と嘘をついてレントゲン車に乗り込む方が例年いますが、このような行為が増えると、確認方法を変更せざるを得なくなり、不快な思いをしなければならなくなるのは皆さんとなります。そのようなことにならないために、良心に従った行動を取ってください。

また、「**下着を外していますか？**」は「ホックを外していますか？」という意味ではなく、**着用していないことを確かめています**。上着を脱げば無地で薄手の衣服（Tシャツ等）で、下着は未着用（もしくは着用可能なインナー）の状態にしておいてください。

なお、上述の服装は、どのようなものが着用可能であるかの具体例であり、全員がDの服装をしてください、ということではありません（どういうものならば着用可能か、実施要領の①を御確認ください）。

健康診断問診票

(年度)

学籍番号 :	学年 :
男 ・ 女	氏名 : (才)

次の該当する□にチェックしてください。

1. 今までに以下の病気でかかったことのある病気にチェックをしてください。

特になし

心臓病 腎臓病 肝臓病 血液疾患 甲状腺疾患 脳神経疾患
病名 ()

アトピー性皮膚炎 気管支喘息 糖尿病 てんかん

その他 ()

上記でチェックした病気は現在も治療を受けていますか はい いいえ

2. ①過去の学校心臓健診（心電図検査を含む）で異常を指摘されたことがありますか。

はい いいえ

→ はいの方

何らかの運動制限を求められたことがありますか。 はい いいえ

②運動中・運動後に、次のような症状はありましたか。

従来にない息苦しさ 動悸 胸の痛み 失神

めまい 説明できないけいれん

③50歳以下の心臓突然死の家族歴がありますか。 はい いいえ

④競技スポーツ（体育会の活動相当）を行う予定がありますか はい いいえ

3. カウンセラー（公認心理師 および 臨床心理士）のカウンセリング希望はありますか。

はい いいえ

カウンセリング以外にも医療相談や医療機関の紹介も行っています。

詳細は下記までお問い合わせください。

[朝倉キャンパス] 保健管理センター 088-844-8158

[物部キャンパス] 保健相談室 088-864-5121

月経に関する問診票（女子のみ）

学籍番号	年齢	氏名

<お知らせ> プレコン（プレコンセプションケア）について知ってますか？
オリエンテーションの資料にパンフレットがありますのでぜひご覧ください。
婦人科医師への相談も可能です（保健管理センターまでお問い合わせください）。

-
- *1) 正常月経周期（月経開始日からつぎの月経開始日前日までの日数）：**25日～38日の間**（各周期のずれは6日以内
例）当月は25日周期翌月は29日周期 → 正常周期です
当月は25日周期翌月は38日周期 → 正常周期ではありません
 - *2) 正常月経持続（一回の月経日数）：**3日～7日持続**
 - *3) 月経痛：日常生活に支障をきたし、痛み止めを使用しても困っている状態
 - *4) ・月経過多：昼間でも夜用ナプキンが必要、2時間ごとのナプキン交換では漏れてしまう、
ナプキンとタンポンの両方を使用しても漏れてしまう、2cm以上の塊が続けて出る、など
・月経過少：ナプキンが1枚/日でたりる。
 - *5) 血が混ざる、水っぽく量が多い、色がついている、痒みや臭いが酷いなど
-

1. 月経不順^{*1,2参考}、月経に伴う痛み^{*3参考}、月経量の異常^{*4参考}（多い又は少ない）、
不正出血、おりものの異常^{*5参考}、月経に伴う精神の不調などはありますか

- なし → 問診終了
 あり（ 月経不順 月経痛 月経量の異常 不正出血
 おりものの異常 月経に伴う体や精神の不調）

2. 1の不調に対して定期的に婦人科を受診し、コントロールできていますか

- はい → 問診終了
 いいえ → 保健管理センターには定期的に婦人科相談日（予約制）があります。
女性医師が丁寧に困りごとを聞き取り、必要な場合は処方や他院への
紹介も可能です。お困りの方はぜひ活用してください（相談は無料です）

相談日については保健管理センターのホームページをご確認ください。
予約は保健管理センターまでお願いします（メールや電話でも可）。

保健管理センター記入欄

フォロー（要・不要） 電話番号：

☆裏面もあります

【 健康診断票 (年度) 】

学籍番号 ☆裏面の設問も記入してください

フリガナ氏名 所属 学部 学科 年
 大学院

身長 cm 体重 kg BMI

血圧 / mmHg 脈拍数 拍 / 分

検尿 (空白 : 当日受検) 糖 蛋白 潜血 (1- , 2± , 3+ , 4++ , 5+++以上)
 1 : 別日受検

X線撮影 (1 : 学内) No. 20 年 月 日 撮影
 2 : 外部

聴診 (1. 異常なし)
 2. 異常あり (所見 :)

再検査の指示 : 有 (心電図 ・ 採血 ・ 内科検診)
 : 無

内科検診 (0 貧血 1 甲状腺腫 2 心雑音 3 不整脈 4 アトピー性皮膚炎)
 5 てんかん 6 糖尿病 7 気管支喘息 8 生理不順 9 生理痛

その他の現疾患

現在の疾患または既往歴について、健康診断証明書への表示を希望する

現在の疾患 (表示したい病名を記入) →
 既往歴 (表示したい病名を記入) →

現在の疾患や既往歴はなし、あるいは上記疾患について健康診断証明書への表示希望なし

◆ それぞれの項目で該当する数字に○をつけてください。

検診医師

- 内科医
 内科医以外

【眼科】 現在の眼科疾患（ 1 無 2 有 ） * 1～6以外の疾患の場合は、7に疾患名を記入
1. 斜視 2. 結膜炎 3. 霰粒腫 4. 麦粒腫 5. 涙のう炎 6. 角膜異常
7. その他（ ）

【耳鼻咽喉科】 現在の耳鼻咽喉疾患（ 1 無 2 有 ） * 1～10以外の疾患の場合は、11に疾患名を記入
1. 慢性中耳炎 2. 難聴 3. 慢性副鼻腔炎 4. 慢性鼻炎 5. 鼻中隔湾曲症
6. 鼻アレルギー 7. 咽頭炎 8. 慢性扁桃炎 9. 扁桃肥大 10. 頭頸部腫瘍
11. その他（ ）

【皮膚科】 現在の皮膚科疾患（ 1 無 2 有 ） * 1～4以外の疾患の場合は、5に疾患名を記入
1. アトピー性皮膚炎 2. 白癬 3. 母斑 4. 変形爪
5. その他（ ）

以下の質問は、全国の国立大学法人の保健管理センターが共同し、5年毎に定期健康診断のデータを集計し作成する「学生の健康白書」における追加質問です。「健康白書」作成の目的は、学生が自身の健康状態を把握し、よりよい健康管理のための基礎的な資料を提供することで、今年は作成のための調査実施年です。調査は、文部科学省および厚生労働省の「人を対象とする医学系研究に関する倫理指針」に基づいており、健康診断データのうち、氏名・生年月日など個人を特定できる部分を削除したデータが用いられますが、あなたの情報が集計に用いられることについて御了承いただけない場合は除外しますので、お申し出ください。

◆ それぞれの項目で該当する数字に○をつけ、平均睡眠時間は小数点なしで記入してください。

<喫煙> 1. 毎日喫煙する 2. ときどき喫煙する 3. 喫煙しない

<飲酒> 1. 毎日飲酒する 2. ときどき飲酒する 3. 飲酒しない

<運動> 1. 毎日運動する 2. ときどき運動する 3. 運動しない

<朝食> 1. 毎日摂取する 2. ときどき摂取する 3. 摂取しない

<平均睡眠時間> 1日の平均睡眠時間 _____ 時間