



『美しい海』を描きました。

『第12回未来に残そう青い海・図画コンクール』（主催・海上保安庁）で、串間市の児童・生徒が描いた3作品が優秀作品の表彰を受けました。

海上保安庁が6月から9月にかけて募集した『第12回未来に残そう青い海・図画コンクール』。

将来を担う子どもたちに海の環境保全への意識と海上保安業務への理解を深めてもらおうと、小学生を対象に開催されました。

同コンクールには、全国の小中学校が32、850点（宮崎県内1、703点）の作品を応募。宮崎県内の24作品が優秀作品として表彰を受けました（表彰式は12月11日に宮崎市『みやざきアートセンター』で開催。同9日～12日まで同会場で開催）。

串間市からも見事3点の作品が優秀作品に輝きました。

今回のくしまっく紹介は、コンクールで表彰された子どもたちとその力作をご紹介します。



◎中学校の部
『審査員特別賞』



北方中学校3年
ゆうや
宮崎雄野くん

表彰式の時、関係者の人から「あの絵、良かったですね」と言われました。かなりうれしかったです。絵のデザインはすぐに浮かび、2日間で仕上げました。カメが暗い水中から明るい水面へ向かって上がっているのがお兄ちゃんです。影とか水面の様子、岩のでこぼこした感じを表現するのが難しかったです。



◎小学校高学年の部
『第10管区優秀賞（うみまる賞）』



大東小学校5年
としき
田中利樹くん

もともと絵を書くことが好きです。この絵は、お兄ちゃんと海に行ったときのことを思い出して描きました。引き潮のときにできた潮だまりで遊んでいる様子です。正面を向いているのがぼくで、後ろを向いているのがお兄ちゃんです。影とか水面の様子、岩のでこぼこした感じを表現するのが難しかったです。



◎小学校低学年の部
『海上保安協会南九州地方本部長賞』



都井小学校2年
村中なつみさん

この絵は、お友だち3人と一緒に魚と仲良く遊んでいる様子を描きました。魚は図鑑を見て描きました。一番頑張ったのは、魚のうろこに色をつけることです。海の色はティッシュに絵の具をつけ、たたきようして塗っていききました。賞をもらってうれしかったです。今度はお友だちの絵も描いてみたいです。

上手な検査の受け方

明けましておめでとごいさいます。寒くなつて、体調を壊しやすい季節になりましたね。病院に足を運ぶ機会も多くなるのではなうでしょうか。症状によつては、血液検査や尿検査などを受けられることもあると思います。今回は、検査を受けるときの注意点を簡単にお話したいと思います。

基準値とは

病院で検査を受けると、ほとんどの皆さまが検査報告書を受け取ります。このとき、自分の検査値の隣に必ずとつておなじように記載されている数字が「基準値」です。

皆さまは、この「基準値」と比較して自分の値が正常か異常かを判断してしまいがちですが、この「基準値」は健康な人の95%が当てはまる値のことです。

検査値には個人差もあるので、検査値が「基準値」から外れたからといってそれだけで病気が判断されるわけではありません。病気がどうかの診断は、医師が体の状態を総合的に判断して行います。

また検査値は、性別、食事、時刻、運動、喫煙、妊娠の有無などによって変化します。

さらに、検査を受ける施設によつても検査方法や機器の種類、用いる試薬が異なる「基準値」の範囲も変わってきます。特に他の医療機関と比較するときには注意が必要です。

検査前の食事について

検査前の食事の内容やアルコールの摂取は、検査項目によつては大きな影響を与え、正確な検査が出来なくなつてしまいます。検査日の前に食事制限の有無を確認してください。

検査を受けやすい服装

スムーズに検査を受けるためにも服装は脱ぎ着しやすいものを。金属類は身につけずに、女性であればストッキングよりも靴下をおすすめします。

検査の前には安静に

心電図や血圧の検査では運動や緊張により影響を受けます。なるべく安静にして、よりリラックスした状態で検査を受けてください。

検体（検査に使う材料）の採取

尿の採取は、血液などの医療従事者が採取するものと違い、ほとんどの場合が、患者さまご自身で行ってもらいます。この際にも、気を付けていただきたいと思います。

ントがあります。

- 採取時には排尿途中の尿を採取する（雑菌の混入を防ぐため。ただし排尿痛がある場合には出初めの尿を採取）
 - 女性で生理中の方は係に申し出る（潜在反応が陽性になるため）
 - ビタミン剤や清涼飲料の摂取を控える（化学反応の妨げになるため）
 - 尿が出ないからといって水を提出しない（ごくまれにいらつしゃいます）
- また、医療従事者側が行う採血でも、何らかの原因で採血時に赤血球が壊れてしまつ溶血が起こることがあります。この溶血した検体は多くの検査項目に影響を及ぼします。このため、患者さまにはもつ一度、採血をお願いすることもあります。

検査の値は、患者さま自身の状態や提出される検体の状態、検査機関により変化します。そのため検査を受けるときには、事前の注意を守り、できるだけ以前に検査を受けたときと同じ状態で受けてください。

自分の健康なときの検査値を把握していれば、検査値の変動に気付くことができ、病気の早期発見につながります。



Kazue Mori

著：串間市民病院
臨床検査技師 森 和枝