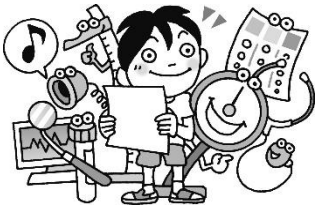


ほけんだより

2020.6.16
健康診断号
鈴鹿市立河曲小学校

にょうけんさ
尿検査をします

低学年の人は，おうちの人と一緒にしましょう！！

【日程】 6月17日(水)

【提出物】 検尿容器（プラスチックの容器）

尿検査をする前に準備しよう！

前日

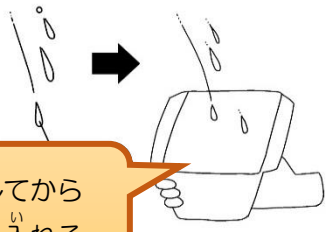
ビタミン入りのジュースなどは飲まないでください。

夕食後に激しい運動はせず，早めにねましょう。

当日

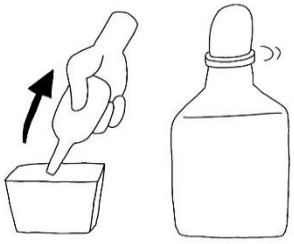
① 目が覚めたら，すぐに尿を取りましょう。

② 出始めの尿は流してから，尿を取りましょう。

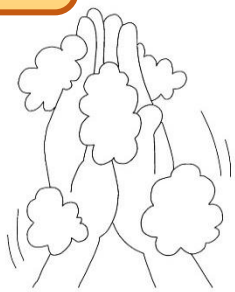


少し出してからカップへ入れる

③ 提出容器に移してふたをしっかり閉じましょう。



④ 尿を取り終えたら，手を洗いましょう。

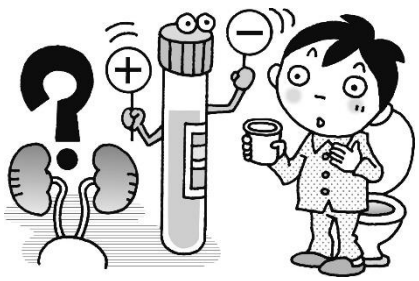


【お知らせ】

◎ 当日，欠席の場合でも朝の尿を取ることができたら，午前8時半までに学校へ提出してください。
◎ 月経（生理）中の人は後日検査をします。事前に養護へ伝えてください。
◎ 検査結果については，精密検査が必要な人のみ連絡します。

裏もあります♪

尿検査のぎもん



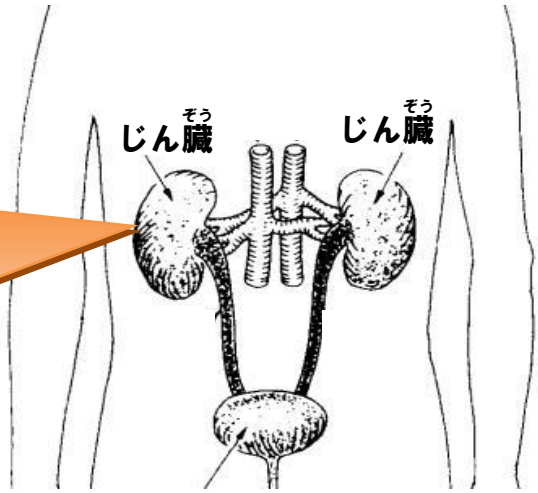
★　どうして尿検査をするの？

おしっこの中には体の情報がたくさん入っています。おしっこを調べることで，体の中にある「**じん臓**」の働きが正常に行われているか調べることができます。体は元気かな？病気になっていないかな？など色々なことが分かります。

★　じん臓ってどんなところ？

☆**じん臓**☆

じん臓は体の中に２つあります。
じん臓の働きは，血液の中にある体に必要なものと必要ないものを分けています。必要ないものはおしっことなります。



おしっこはがまんしないでね！

おしっこをがまんしすぎると，ぼうこうの中にばい菌が入り，「ぼうこう炎」や「じん臓の病気」になることがあります。おしっこがしたくなったら，がまんしないでトイレへ行きましょう。

休み時間になったら，必ずトイレへ行く習慣をつけましょう！！

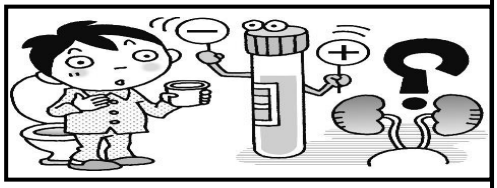
保健室より

おうちの方へ

尿検査は腎臓や膀胱の働きを調べ，お子さんの病気を早期に発見する大切な検査です。方法をしっかり確認していただき，必ず提出をしていただきますよう，よろしくお願いいたします。

作ってみよう！
尿検査ベルト ⇩⇩⇩

夜ねる前に，手首にまいてねよう！
これなら忘れないね！好きな色にぬってもいいよ～



あさ，おきたら

にょうけんさ

のりしろ