

保健だより



令和6年4月19日
四谷中学校 保健室

4月23日（火）は尿検査があります

4月23日（火）の朝学活で回収します

振替休業日
次の日です

忘れないでね



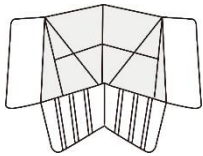
*尿をとる際は、別紙の「尿検査（じん臓病）のお知らせ」の検査の方法をよく読んでください。

*朝、各教室で保健給食委員が男女別に集めます。

提出したら、名簿に○印をつけてください。

*提出するときは、ビニール袋などに入れないでください。

尿検査の配布物

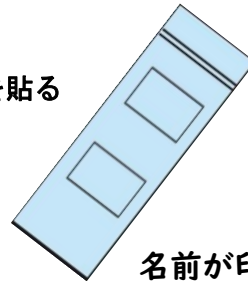


折りたたみ式コップ



容器

★名前シールを貼る



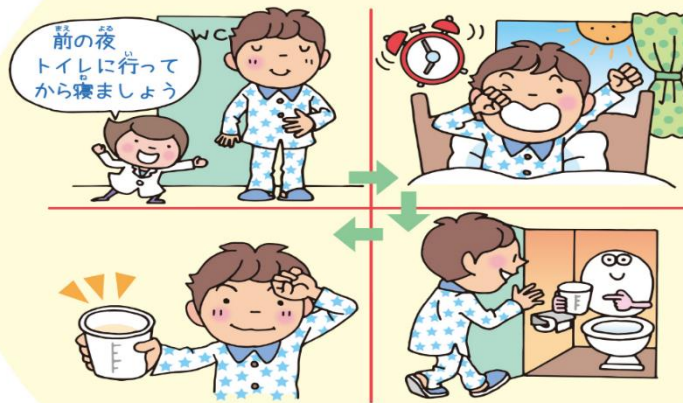
名前が印刷された袋

	日付	対象
1次検査	4/23（火）	全員
1次検査追加	4/25（木）	1次未提出者
2次検査	5/13（月）	2次対象者
2次検査追加	5/15（火）	2次未提出者
1年生2次検査	5/24（金）	1年生2次対象者

※女子生徒で4/23（火）に提出できない場合は、保健室に連絡をしてください。

朝起きて一番のおしっこをとります

最初に少し出してから、途中の尿を容器にとってください



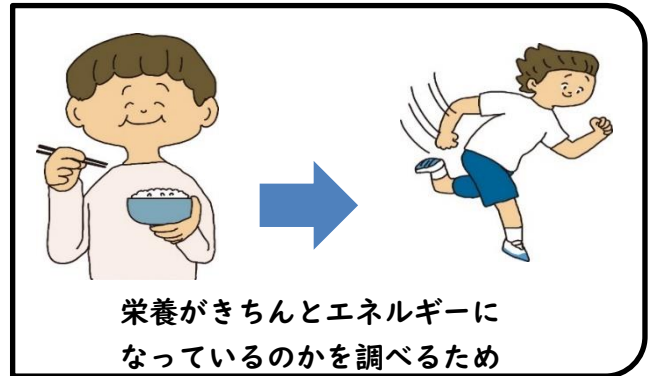
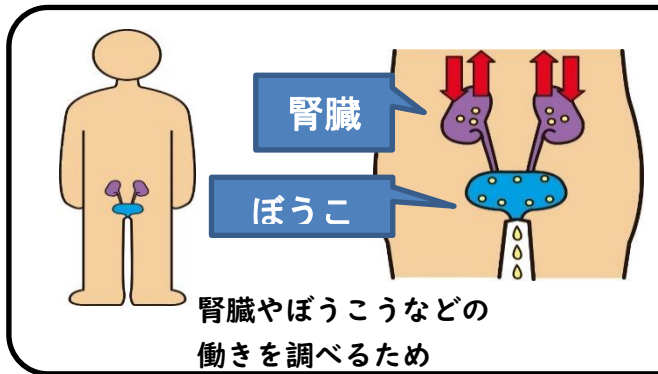
詳しくは裏面で



忘れそうだからと前日におしっこをとってはダメ。

→ 正しく検査できないことがあります

尿検査の目的



- 腎臓は血液中から、体に「必要なもの」と「不要なもの」を分けて尿をつくる
- 膀胱（ぼうこう）は尿をためるところです。
- 尿検査では、この腎臓や膀胱（ぼうこう）の働きに異常がないかを調べます。
- また、食事などからとった栄養が、体の中できちんとエネルギーになっているのかなども調べます。

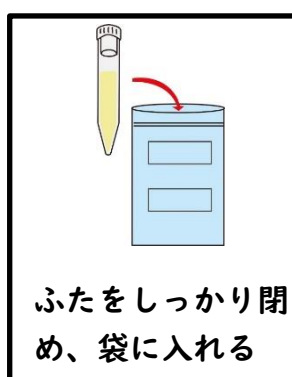
尿検査のルール



尿検査を受けるときは、次の3つのルールを守りましょう。

- 1つ目は、尿検査の前日からビタミンCの入ったジュースやお茶、サプリメントは飲まないようにしましょう（検査結果に影響が出る場合があります）。
- 2つ目は、前日の夜は、遅い時間に食事をしないようにしましょう。
- 3つ目は、寝る前には尿を出して、ぼうこうを空にしておきましょう。

尿検査の受け方



- コップを組み立てます。初めに少しだけ尿を便器へ出します。コップには採りません。次に、コップを添えて尿を採ります。
- コップのふちを使って、容器の3分の2くらいまで尿を入れます。
- ふたをしっかりと閉めて袋に入れます。終わったら手を洗いましょう。
- 尿は時間がたつと正しい検査ができません。朝学活で提出しましょう。
毎年、「出し忘れた！」と言って後から提出する生徒がいます。9時30分には業者回収がありますので、気をつけてください。