

# ほけんだより 4月特別号

R3.4.22  
我孫子中学校  
保健室

新学期が始まり、約3週間が経ちました。この時期は疲れがたまりやすくなります。体を休め、食事をしっかり摂り、エネルギーを充電して一つ一つの活動に精一杯取り組めるようにしましょう。

## <尿検査のお知らせ>

定期健康診断が、いよいよ始まりました。その一つである尿検査を4月23日(金)に実施します。体に異変がないか、早くみつけるための大切な検査です。検査の方法をよく読んで、正しく検査が受けられるようにご協力をお願いします。

- 尿検査提出日：4月23日(金) 予備日：5月11日(火)  
尿検査の容器を本日22日(木)に配布しました。23日(金)の朝に採った尿を提出してください。  
予備日に提出する場合は、5月11日(火)の朝に採ったものを提出してください。
- 配布物：容器、容器を入れる袋、紙コップ



尿検査で何がわかるの？

- 尿をつくる腎臓に病気がないか
- 尿をためておく膀胱に病気がないか
- 糖尿病ではないか

など



☆学校から配付された袋と容器に、「学年・組・番号・氏名」が書いてあるシールが貼られているか確かめてください。

☆紙コップは、尿をとるときに使用してください。

☆尿は容器の肩の線までとります。

☆容器に尿をとったら、ふたをしっかりと閉めて袋に入れてください。

この場合、袋をホッチキスやセロハンテープでとめたり、ラップ・ティッシュペーパー等で容器を包んだりしないでください。

☆ ご協力よろしく申し上げます ☆