

「ほっ」❤️ とする保健室からのほけんだよ!



令和6年5月10日
尿検査番号
牛島小学校保健室

ほっとけんしつ

お家の人とよみましょう

わすれないでね



提出時間: 登校後すぐ

13日に出すようにしましょう。

5月13日(月)、5月14日(火)

尿検査の提出日です。

尿(おっこ)は健康状態を知るバロメーター

体に異常があるといち早くその変化は尿に現れます。尿の出方、色、にごり、においなどの異常になって私たちに知らせてくれます。尿検査は私たちの目に見えない尿の変化から体の異常を調べるために行うものです。

配付(はいふ)したもの 4点セットを確認してください。

- ①紙袋 ②尿を入れる容器 ③尿を取るコップ④ほっとけんしつ
(①の中に②が入っています)



尿(おっこ)のとり方 (前日に採取した尿は使えません。必ず当日にとりましょう)

- ① おしっこをする前の日の夜、寝る前におしっこに行ってきます。
- ② 朝、起きたら、まずトイレにいきます。はじめに少しおしっこを出します。(おしっこの通り道(尿道)にたまっているおしっこを捨てるため)
- ③ そのあと、残りのおしっこをコップにとります。
- ④ コップにとったおしっこを容器にすいあげます。容器の線まで入れてください。
- ⑤ 容器のふたをしっかりとしめましょう。容器を袋の中に入れて中身が出ないように袋の上を折り曲げてください。(袋にのり付けはしないでください)

*検査の前日は、検査の結果に影響する**ビタミンCを含んだジュース**などは飲まないようにしてください。

*女子(低学年も)は封筒の下に生理の有無についての質問がありますので記入してください。

取り忘れないように「トイレのかべ」など目立つところに4点セット(①袋②容器③コップ④ほっとけんしつ)を貼っておくとよいでしょう。

おしっこは、保存がききません。よく、お昼ごろ「出すのを忘れていました」ということがよくあります。必ず、朝、学校にきたら、回収袋に出すようにしてください。

