

# ほけんだより

なんばー  
No. 3

はっこう  
発行：R5年5月10日(水)

きたかみしょうがっこう  
北上小学校 ほけんしつ

がっ 5月11日 (木) は尿検査の提出日です！

## 尿検査って何のためにやるの？

尿はおしっこの中で、体の中ですらなくなったものが水分と一緒に体の外に出されたものです。体の働きに異常が起きると、たんぱく質や糖分、血液など、本当なら混ざらないもので、尿に混じって出てくることがあります。尿を調べることで、体の調子の変化や、見逃してはいけない病気のサインを見つけることができるのです。

### けんさほうほう <検査方法>

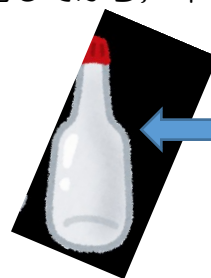
#### □前日(今日の夜)に気を付けること

- ①ビタミンC入りの飲み物は飲まない。
- ②寝る前に必ずトイレに行く。



#### □当日(明日の朝)にすること

- ①朝起きたら、すぐにトイレに行く。尿を少し出してから、中間の尿をコップに採る。
- ②採尿コップから、尿を容器に入れる。
- ③しっかりとふたを閉める。
- ④提出用の袋に入れて、学校に持っていく。



ここまで尿を  
入れてね

☆ もしも、尿を家に忘れた場合には、新しい容器を渡します。5月12日(金)の朝に採尿し、必ず持ってきてください。

☆ 提出する袋は、名前やバーコードが書かれているので、同じものを使ってください。

わすれずにもき  
☆忘れずに持って来てください☆