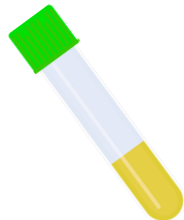


ほけんだより

令和8年4月16日
藤野南小学校
第2号

金曜日は尿検査の提出日です！

みなさん、尿がどこで作られているか知っていますか？尿は腎臓で作られています。そのため尿を調べることで腎臓の病気を見つけることができます。注意事項を守って提出するようにしましょう。



前日までに注意すること



寝る前に必ず尿をだしてから寝ましょう。

⇒寝ている間の尿を調べるためです。

夕方以降は激しい運動をするのはできるだけやめましょう。

⇒タンパク質がたくさん出て、間違って病気と判断されることがあるからです。



果物やジュースなどビタミンCがたくさん入っているものはとらないようにしましょう。

⇒正しい検査結果がでなくなるためです。

尿をとるときに注意すること



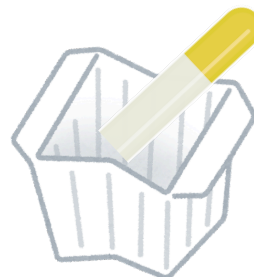
尿をとるときは最初、少しだけ尿を出してから、紙のコップの中に尿を入れてください。尿は紙のコップの中に最後まで入れないようにしてください。

※1回目のときが生理中の場合、2回目の尿検査で提出してもかまいません。

とらない

最初と最後の間の尿をとる

とらない



紙のコップに入っている尿を容器の口にひたして、吸い上げるようにして、線と線の間まで入れてください。入れたらフタをしっかりしめてください。容器は袋やティッシュなどで包まないようにしてください。

提出するときに注意すること

袋に学校名・学年・出席番号・名前などが書いてあるか確認してください。袋はセロハンテープでとめたり、ビニールの袋などに入れて提出しないでください。