

健康診断のお知らせ

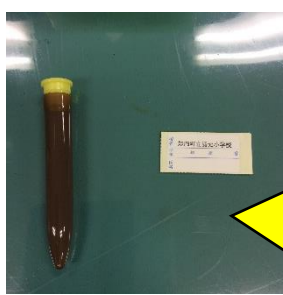
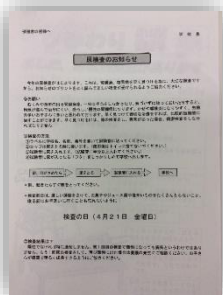
じぶん からだ し
自分の体をよく知ろう！
にょうけんさ
「尿検査」

にょうけんさ にょう なか
尿検査…尿の中に、たんぱく・血液・糖がまじっていないか、調べます。

20日(金)は、尿検査の提出日です！

きょうはいふ 今日配布したものは、「尿検査のお知らせ」プリント、紙コップ、試験管、名前ラベルです。

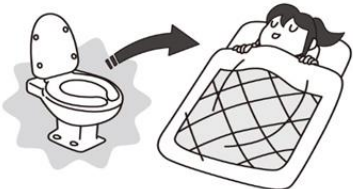
かみ 紙コップとラベルに自分の名前が書いてあるか、かくにん 確認してみよう！



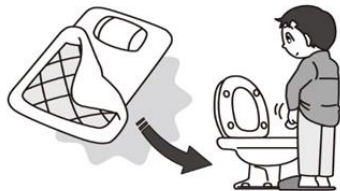
キャップがしっかり閉まっているか、確認をしましょう。(ランドセルの中でこぼれてしまうと、大変ですよ。)

正しい！おしっこのとりの

① 寝る前におしっこをする



② 起きてすぐのおしっこをとる



☆最初のおしっこを少し出してから、容器にとる

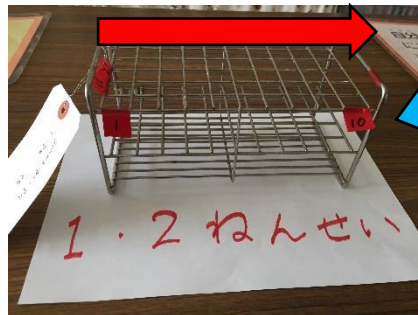


なぜ「朝一番のおしっこ」?

検尿には朝一番のおしっこを提出します。でも、どうして「朝一番」なのでしょう？
検尿は、おしっこに糖、血液、たんぱくが混じっていないかをチェックすることで、腎臓が正常にはたっているか、糖尿病でないかを見ます。
ただ健康な人でも運動をした後や動いた後は、たんぱくをおしっことして出してしまうことがあります。そのため、腎臓のはたらきをちゃんと調べるにはゆっくり寝たあとの「朝一番のおしっこ」がピッタリなのです。



厚けんしつまえも保健室前に持ってきてね！



ひだり 左から
しゅっせきばんごうじゅん 出席番号順
に
なら 並べます。

4月20日に検査を受けられない人や、もう一度検査をすることになった人は5月11日(金)に2回目の検査があります。