

# ひまわり

令和2年6月2日

No. 5

## 6月の保健目標

歯の健康について  
よい習慣を身につけよう

## 6月の保健行事

3日(水)	尿検査	全学年
17日(水)	内科検診	1年・2A
25日(木)	内科検診	3年・2B

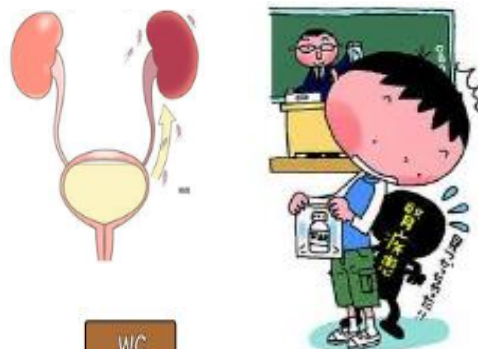
**6月3日(水)は尿検査です。大切な検査です。**  
**(容器などは、前日の6月2日に配布します)**  
**忘れずに受けましょう！！**

\*前日(6月2日)に、配布する物 → 4点セットです！

- ①名前入りの検査袋 → 間違っていないか、確認しよう(違う時は、赤で訂正する)
- ②名前入りの容器 → 袋の中に入っている。自分の名前が書いてあるか、確認しよう
- ③紙コップ用の紙 → コップの形に折ってね
- ④ほけんだより(ひまわり) 6月号 → 尿検査について、きちんと読んで確認しよう！

## \*尿検査の目的

自覚症状のない、腎臓の病気や  
糖尿病などを早期に発見するため  
(自分で気づく頃には症状がひどくなることも)



## \*前日の注意



- ①前日の夕方から、ビタミンCをふくんだジュース類や薬剤(ビタミン剤等)は飲まない
- ②寝る前に必ず一度排尿してから就寝する。



前日、ドアに張り紙をしたり、トイレに容器などを置いておくと忘れやすいよ！

→たとえ①②ができなかった時も、尿はとって提出すること！

## \*尿をとる時の手順

- ①朝起きてすぐの尿をとる(起床後に動きまわった後の尿では、正確な結果が出ない時がある)
- ②出始めの尿はとらず、中ごろから終わりの尿をとる
- ③容器のキャップをはずし、中央部をぎゅっと押して、コップ内の尿を吸い上げる。



『←このあいだに入れる→』の表示範囲内で採尿してください。  
※尿の量が少ない場合、検査ができません。

尿量が足りない場合は、容器を上に向け、容器内の空気を出してから、もう一度吸い上げる

(容器に表示されている『←このあいだに入れる→』の範囲内まで、尿をいれる)

尿を入れる時、容器に貼ってあるバーコードシールを濡らさないように気をつける

- ④尿が漏れないようにキャップをしっかりしめる
- ⑤容器のみを容器入袋に入れる。  
(ビニール袋やティッシュペーパー等はいれない)  
この時、容器入袋の上部は折り曲げるだけで、セロハンテープ等でとめない
- ⑥朝、学校に来たら、玄関で提出する。名簿に○をつける



## \*注意事項

当日、尿をとり忘れてたり、持って来なかった時でも

大切な検査なので  
提出できる人はできるだけ提出します  
でも、忘れずに、家でしっかりとってくるのが1番ですよ！

\*男子は全員提出する。女子も提出できる人は必ず提出する

- ・家に置いてきた場合  
電話をかけて家の人に持ってきてもらう。  
持ってきてもらえない時は学校で尿をとる。
- ・尿を取り忘れた場合  
容器を忘れた場合は、保健室に取りに来て尿をとる。
- ・生理中の女子は、その旨を保健室に伝え、今後の対応を聞く  
→容器を家に保管しておいて、  
二次検査の時に提出(二次検査は、6月18日(木))

当日、欠席の場合でも  
朝、9時までに、家の方が  
学校に持ってきてもらえれば  
検査に出すことができます

容器は  
家に  
保管して  
おいてね