

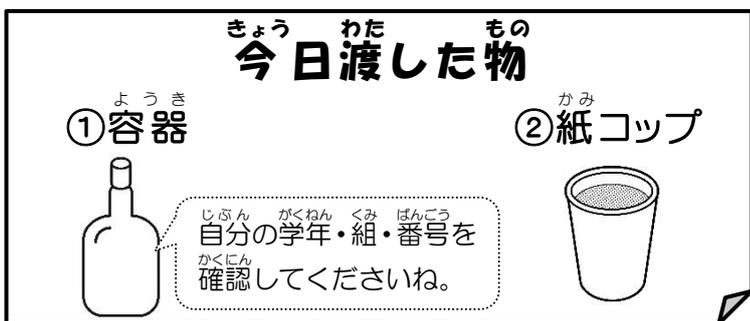
# ほけんだより



4月の保健目標  
自分のからだのことを知ろう  
令和6年4月15日 No. 3  
甲田小学校 養護教諭 中村

## 4月16日(火)は尿検査です!

腎臓は、体の中でいらなくなった物を尿として外に出し、必要なものを体の中に返す働きをしています。もし、体に異常があると、尿の中に**蛋白・糖・血液**など体の中に返さなければいけない物が混じったりします。そして、尿の量・にごり・臭い等の異常が現れます。このような異常がないかどうか、尿を検査する事によって自分では気が付かない病気を発見することができます。



### ◇◆◇ 注意すること ◇◆◇

- ① 検査の結果に影響することがあるので、今日15日の夕方からビタミンCを含んだジュースや果物類、ビタミン剤などをたくさんとらないようにしましょう。
- ② 16日の朝一番に出た尿を採ってください。

### ◆◇◆◇ 尿のとり方 ◆◇◆◇

<p>① 今日(きょう)の夜、寝る前(ねまえ)におしっこに行きます。(紙コップと容器(ようき)をトイレ(トイレ)においておく(わす)と忘(わす)れ(れ)ません。)</p>	<p>② 16日(にち)の朝(あさ)起きたら、すぐトイレに行きます。</p>	<p>③ はじめ(はじめ)に少しおしっこを出(だ)してから、途中(とちゆう)のおしっこを紙コップ(かみ)に半分(はんぶん)くらいとります。</p>
<p>④ 容器(ようき)をしっかりお(お)さえて、線(せん)のところ(ところ)まで尿(によう)を吸(す)い上(あ)げます。</p>	<p>⑤ 赤(あか)いふた(ふた)をしっかりとしめ(しめ)、学校(がっこう)に持(も)って行(い)きます。</p>	<p>⑥ 登校(とうこう)したら、すぐ(すぐ)に学級(がっきゆう)の先生(せんせい)に出(だ)します。</p>

※尿検査で異常が出ても、病気があるとは限りません。今回の検査結果が良くなかった場合は、5月1日(水)に再検査をします。また、今回提出できない場合は、5月1日(水)に提出してください。使っていない容器は、一度学校に提出してください。


今年度の健康診断予定表


※ぽぷら学級は、各学年に入ります。

月 日	項 目	対 象
4月10日(月)	身体測定 視力検査	2～6年生
4月12日(水)	歯科健診	4～6年生
4月13日(木)	尿検査(1回目)	全校児童
4月14日(金)	歯科健診	1～3年生
4月17日(月)	身体測定・視力検査・聴力検査	1年生
4月18日(火)	聴力検査	2年生・3年生・5年生 4・6年生の対象者
4月21日(金)	内科健診	1～3年生
4月26日(水)	内科健診	4～6年生
4月27日(木)	尿検査(2回目)	1回目未提出者・陽性者
5月 8日(月)	心電図検査	1年生
5月10日(水)	尿検査(3回目)	1・2回目未提出者・陽性者
5月15日(月)	耳鼻科健診	1・2・3・5年生 4・6年生の対象者
6月13日(火)	眼科健診	全校児童

健康診断については、その都度お知らせしますが、提出物、服装などについて、ご家庭にお願いすることもありますので、ご協力をお願いいたします。

