

# ほけんだより

尿検査号



令和5年5月8日  
上ノ原小学校保健室

5月の保健目標  
規則正しい生活をしよう

## 腎臓検診(尿検査)のお知らせ

本日、尿検査の検査容器を配布しました。忘れずに採尿・提出をお願いします。採尿の仕方やシールの貼り方などは、回収袋の裏面に記載されているので、よくお読みいただき、ご対応ください。

### 尿検査 提出日 5月9日(火)

※忘れてしまった場合は、5月10日(水)が追加回収日となります。

子ども  
児童のみなさんへ

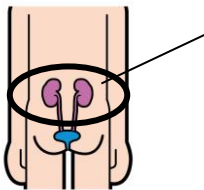
明日は尿検査の提出日です。忘れず提出できるようにしましょう。

さて、毎年行われる尿検査では何が分かるのでしょうか。また、尿検査を受けるときに気を付けての方がよいことは何でしょうか。尿検査をする意味を知り、自分の体に目を向けてみましょう。

### 尿検査でわかること

おしっこは、血液中のいらなくなったものを材料にして、腎臓で作られたものです。おしっこを調べることで、腎臓が健康かどうかを調べることができます。

例えば、おしっこの中に「血液」や「たんぱく」が入っていた場合、腎臓の病気の疑いがあります。また、糖が多く入っていた場合は、糖尿病という病気の可能性があります。



腎臓

### 尿検査で気を付けること

前日

- ・ビタミン入りのジュースなどは飲まない
- ・夕食後に激しい運動はしない
- ・容器はトイレのドアノブに引っかけておく。



当日

- ・目が覚めたらすぐに尿をとる
- ・最初の尿は少し流してから採尿する
- ・容器に移してふたをしっかりと閉じる。

