



保健だより 

スマイル

別海町立上春別中学校
平成28年 4月19日(火)
NO.3  文責 佐藤

明日は尿検査です



尿検査は腎臓の病気や糖尿病などを早く見つけるための大切な検査です。
お子さまが健康で明るく成長できますよう、ご協力お願いいたします。

日時 4月20日(水) 朝 (ご家庭で行います)

回収場所 保健室 (7:50~8:10)

配付物 ①紙コップ ②スピッツ管 ③透明な袋

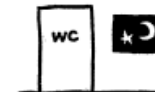


検査方法

- ①朝起きてすぐ、出始めから少しあとの尿をとります。
(紙コップに入れます)
- ②紙コップからスピッツ管の8分目くらいまで尿を移しかえ、
ふたをしっかりと閉めます。
- ③透明な袋にスピッツ管を入れて、学校に持って行きます。
- ④登校したら、保健室に提出します。



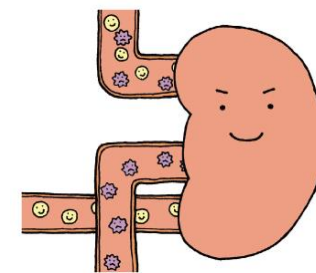
注意すること



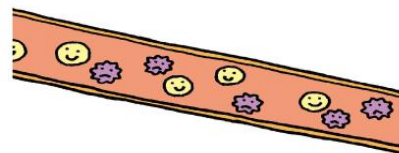
- 前の日は、寝る前にトイレに行き、食べすぎないようにしましょう。
できるだけ、薬はさけましょう。
- 生理中の女子は、正しい検査ができないので、2次検査(6月9日)に
実施します。未使用の検査キットを持って、保健室まで必ず伝えて
ください。

尿ってなあに?

私たちの体には血液が流れています。血液は栄養を運ぶ
だけではなく、体の中のいらなくな
ったものを運んでいます。



血液は腎臓に流れて、きれいな血液
といらなくなった水分にこし分けられま
す。このいらなくなった水分が「尿」で、
ぼうこうに運ばれていきます。



体調管理にご注意ください

先週から本校においてインフルエンザや風邪による欠席者が出始
めています。別海町内の他校においてもインフルエンザによる欠
席者が少しいるようです。また、のどが痛かったり
マスクをしている子も少しいます。体調がすぐれな
い時は無理をせず、早め早めに休養するようにし
ましょう。手洗い・うがいをこまめにして、しっかり
予防しましょうね。

