

にこにこげんき

大崎小学校 ほけんだより No. 3
令和6年5月7日（火）発行

あした**5月8日（水）**は・・・

尿検査の日です！

尿検査とは・・・

健康なら含まれるはずのないものが尿に混じっていないかをチェックし、腎臓病をはじめ、いろいろな病気を早期に発見するために行います。
学校尿検査では、尿たんぱく・尿糖・尿潜血の3項目をチェックします。

＜尿（おしっこ）をとるときの注意＞

- ・朝起きて、最初の中間尿をとる。（出始めと終わりの尿はとらない。）
- ・紙カップから尿を吸い上げる。
- ・キャップをしっかりと閉めて検査袋に入れる。



あした**明日は**・・・

登校したら、検尿を提出しましょう！

※朝、尿をとり忘れた場合、また生理中・生理2～3日後の場合は、
次回の5月15日（水）に提出してください。

そのときまで、容器を捨てずにとっておいてください。

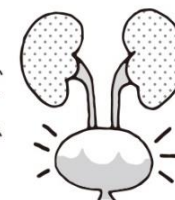
おしっこの正体は？

…正解は、**血液**。
血液は食べ物や飲み物からとった水分や栄養を全身の細胞に届けると同時に、細胞から出たゴミを腎臓へ運びます。
腎臓では血液から余分な水分・ゴミをこし取り、きれいにします。この余分な水分・ゴミがおしっこ（尿）です。
だから、腎臓が病気になると尿がうまく

でなくなったり、血液のバランスがおかしくなります。しかも、ほとんどは症状が出ないまま進行し、治ることもありません。
この腎臓の病気を見つけるために行うのが尿検査。必ず提出してくださいね。

ちなみに

おしっこが赤くないのは、血液を赤くするヘモグロビンが腎臓へ運ばれる途中で壊れるからです。



【尿検査】を忘れない3つの作戦

その1

容器をトイレのドアに貼っておく。



その2

容器を枕元に置いて寝る。



その3

家族の人に話しておく。



も持ってきてね♪