

ほけんだより 4 特別号

令和6年4月19日（金）
仙台市立七郷中学校
保健室

<4月23日（火）に尿検査を行います。>

本日19日（金）に尿を入れる容器・尿をとる紙コップ・名前入りの黄色い袋を配付しました。

4月23日（火）の朝一番の尿をとって、提出しましょう。

朝に尿をとり忘れないように、尿検査の容器などはトイレに置いておきましょう。

<提出の仕方と注意点>

- ① 各クラスに回収用の袋と名簿を準備しておきますので、登校したらすぐに提出し、**名簿の自分の欄に〇印**をつけましょう。
ビニール袋から出して**黄色い袋のみ**提出しましょう。
- ② もし忘れたら、名簿に「×」をつけて、**次の日（4月24日）に必ず**持ってきましょう。
 - ・23日に尿をとり忘れた場合 → 配付した容器で24日に提出します。
 - ・24日の朝、尿をとったけれども、持ってくるのを忘れた場合 → 24日の放課後までに保健室に新しい容器をもらいに来てください。
 - ・女子で生理中の場合 → 5月8日（水）に提出してください。

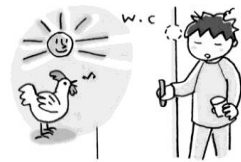
尿検査の注意

尿の色や成分（タンパクや糖、血液）などを調べると、病気がどうかわかります。尿が赤かったり、白く濁っていたりするときは、病気のうたがいがあります。そのときは、病院で詳しく診てもらいましょう。

尿のとり方



① 提出日の前の夜、おしっこをしてから寝ます。



② 朝、起きたらすぐにトイレに行きます。



③ はじめに少しおしっこを出します。



④ おしっこを紙コップにとります。



⑤ 紙コップの中のおしっこを、ポリ容器（スポイト）で吸いあげます。



⑥ 容器のふたをしっかりとめて、袋に入れます。

ここに気をつけて

- 袋には自分の名前を書きましょう。
- 必ず、提出日の朝のおしっこを持ってきましょう。



尿検査の容器はトイレに置いておき、紙コップも折って作っておくと当日の朝慌てずに採尿できますよ！
前日からビタミンCが入ったジュースなどは飲まないように注意しましょう！