



すこやか

令和7年4月24日(木)

No.2

東白川小学校保健室

あ す が つ にち きん にようけんさ
明日4月25日(金)は尿検査です！

おしっこで何がわかる？

じんぞう ぼうこう びょうき
腎臓や膀胱の病気がわかります。

おしっこは、血液の中のものをあつめたものです。異常があると、おしっこの「いろ」や「りょう」や「におい」が変わることがあります。



けん によう てい しゅつ び
検尿の提出日は **4/25** です。

☆☆忘れないために... ☆☆

- ・帰宅したら、目立つところ（トイレのドアや枕元など）に保健だよりをはっておこう！！
- ・寝る前までに尿検査のセットをトイレに置いておこう！！



尿のとり方 正しくとらないと異常が出てしまうことがあります

前日

ビタミン剤、ビタミンCを多く含むジュース・薬などはなるべく飲まない



夕食後に激しい運動はしない

寝る前に必ずトイレに行っておく



当日

目が覚めたらすぐに尿をとる



出始めの尿を少し流してからとる

提出容器に移してしっかりふたをし、手を洗う



せいりちゅう ばあい じ にようけんさ がつ か ひ ていしゅつ

生理中の場合は、2次尿検査(5月8日)の日に提出してください。