

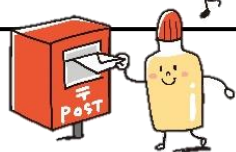
保健だより

# えかお

令和6年4月15日

柏崎市立二田小学校

No. 2



## 明日(16日)は尿検査です！

尿検査は腎臓の機能に異常がないかを調べる大切な検査です。正しい検査結果が出るように、よく読んで、忘れずに提出をお願いいたします。

### 尿検査前日の注意点

✓ 寝る前に必ず  
排尿しておく

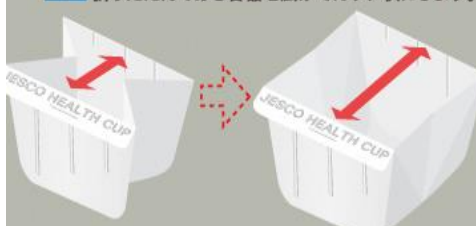
✓ 激しい運動を  
しない

✓ ビタミンCが多く入ったジュースや  
サプリメントなどをとらない




### 【尿の採り方】 ※ 朝、起きてすぐの尿を採ってください


**1** 尿受けカップを作ります。  
折りたたんだ容器を広げてカップ状にします。



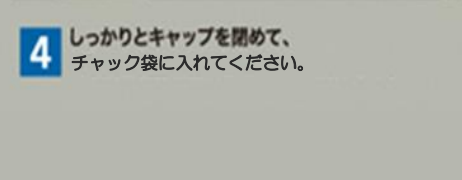
**2** 採尿後、片側の側面上部を少しつまむようにして、  
カップに注ぎ口をつくらします。



**3** 採尿容器のキャップを開け、  
ゆっくりと容器に  
注ぎ込みます。



**4** しっかりとキャップを閉めて、  
チャック袋に入れてください。



キャップは  
しっかりと  
閉めてください。

このラインまで  
採尿してください。

**ご注意**  
尿の量が少ないと  
検査ができない場合  
がありますので、  
確実な検査のために、  
ご協力をお願いします。

使用後のカップは  
便器に流さないで  
ください。

### 【その他】

- 容器の名前シールがはがれたら、提出する際に申し出てください。
- 生理中・生理直後の場合は、4月22日(月)に提出してください。

4月22日(月)が最終提出日です。やむを得ず生理中の提出になる場合は、  
容器の名前シールのところに赤のペンで◎の印をつけて提出してください。

本日、容器を配付しました。  
持ち忘れがないよう、明日の朝、  
お子さんが家を出る時に  
「尿検査は持った？」の声掛けを  
お願いします。



#### 忘れないために…

- 容器を枕元やトイレなど、  
目のつくところに置いておく
- トイレのドアに貼り紙をして  
おく