

# ほけんだより No.2

令和7年4月15日  
柏崎市立東中学校 保健室

## 1. 尿検査について

尿検査は、腎臓の病気を早期に発見することを目的に行います。腎臓の病気をできるだけ早く発見し、適切な治療と管理を受けることで重症化を防ぐことができます。よく読んで、忘れずに提出しましょう。

## 2. 配付物

(1)「採尿方法について」のプリント

(シール見本)

(シールの貼り方)

(2)ピンクのチャック袋

・採尿カップ

・採尿容器

・名前シール

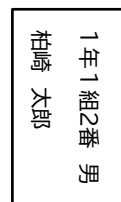
※終学活で容器に貼ります。

個人番号(4桁)  
柏崎中学校  
1年1組2番 男

かしわざき たろう

柏崎 太郎

シールは  
縦に貼って  
ください。



## 3. 提出日・提出方法

**4月16日(水)朝提出** ※予備日:18日(金)、21日(月)

- ・登校したら名簿にチェックし、ピンクの袋に採尿容器を入れて提出する。
- ・忘れた人は必ず学級担任に申し出る。

## 4. 注意事項

### 【前日の注意事項】

- 尿をとるまで採尿カップや容器を汚さない。
- 夕食以降は、ビタミン剤やビタミンCを多く含むお茶やジュースは飲まない。  
※ビタミンCは検査結果に影響を与える可能性があるため。
- 夕食以降の激しい運動は避ける。
- 夜、寝る前に必ず排尿する。



### 【当日の注意事項】

- 検査当日の朝、起床後すぐの尿をとる。
- 少し排尿した後の「中間尿」をカップにとる。
- 採尿容器の一番上のラインまで尿をとる。※少ないと検査ができない場合があるため。
- 白いふたをしっかりと閉めて、ピンクのチャック袋に入れる。

### 【その他】

- 生理中、生理後1~2日以内の人は、21日(月)に提出する。
- ※最終日まで生理が重なった場合は、名前の横に赤のマジックで◎の印をつけて提出してください。

16日(水)は

尿検査

※尿検査を忘れそうな人は、この紙をトイレの扉に貼ってください。