

ほけんだより

沼田市立利根中学校 保健室 R6.4.25

尿検査のお知らせ

尿検査は、腎臓病、糖尿病などの病気を早く見つけるためにとても大切な検査です。下記の注意事項を守って正しい方法でとり、学校に提出してください。

尿の正しいとり方



○前日の準備

- 1 前日の夕方からは、ビタミンCが入ったジュースなどは飲まないように気をつけましょう。
- 2 前日にお風呂に入りましょう。
- 3 寝る前に必ずトイレに行っておしっこをしましょう。

○当日の尿のとり方

- 1 朝、起きたらまず一番にトイレに行きましょう。
- 2 尿をとるときは、最初の尿は少しすてて、その後の尿を容器にとりましょう。

○提出日

明日 **4月26日(金)** 予備日 30日 (火)

○提出のしかた

- 1 登校したら教室の回収ビニール袋に提出しましょう。
(ビニール袋に入れてきた人はビニール袋から出してください)
- 2 提出したら名簿に○をつけましょう。
- 3 集まったら始業前に健康推進委員が保健室に提出しましょう。

注意事項

- 1 忘れた人、今回は提出できない人は始業前に自分で保健室へ報告しに来てください。
- 2 当日欠席する場合は翌週の30日に提出してください。
可能な人は友達にたのむか、家の方が直接学校に持ってきてください。(9:30までに)
- 3 新しい容器が必要な人は、保健室までもらいに来てください。

☆女子のみなさんへ☆

月経中の人は、今回は提出しないでください。再検査が6月3日に予定されているので、その時に提出してもらいます。