



4月16日(火)は尿検査提出日です。

本日、検査容器を配布します。翌朝、起きてすぐに尿をとって、登校後、保健室に提出してください。

☆提出日は **4月16日(火)**です。
予備日は**4月26日(金)**と**5月10日(金)**です。



☆提出場所:保健室

- ・テーブルの上に、学年男女別に紙袋を準備しています。
- ・ビニール袋から取り出して、所定の紙袋に入れてください。
- ・ビニール袋は、所定の袋に入れてください。
- ・提出した人は、名簿の自分の名前のところに○をしてください。

☆提出時間:登校後すぐ

- ・登校後、教室に行く前に保健室に寄ってください。
- ・生理中の生徒で、明日提出できない場合は、養護教諭まで知らせてください。

☆とり方について☆

- ① 前日は尿をしてから寝てください。
そして、当日は**起きたらすくの尿**をとります。
起きて動いていると、病気ではなくても「たん白」がでることがあります。
- ② 出はじめの尿は尿道にたまっていたものなのでとらずに**途中からの尿(中間尿)**を紙コップにとります。
- ③ プラスチックの容器の腹を強くおさえ、容器の口を尿の中に入れて、力をゆるめて吸い上げます。
- ④ 容器のふたをもれないように**しっかりしめて**下さい。
- ⑤ 尿をとった容器そのまま尿検査用の紙袋に入れて**きちんと折り曲げて提出**します。



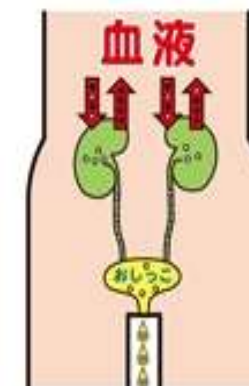
◎中学校の尿検査では、尿の中に《**たん白、糖、せん血**》が出ていないかを調べます。

◎熱があると「たん白」がでるケースが多いし、生理中に検査をすると「せん血」がでるので提出日を変えます。理由を伝えてください。

◎中学校でする尿検査では、じん臓で作った尿を調べることで、**じん臓病や糖尿病などの病気を見つける**ことに役立ちます。

◎じん臓はソラマメのような形をした臓器で、背骨の両側に左右2個あり、大きさはにぎりこぶしより少し大きいぐらいです。

◎じん臓では全身をめぐる血液からいらぬものや毒素をろ過して、血液をきれいにし、尿を作っています。また、体の水分や血液に溶けている多くの成分を一定に保つ役割もしています。



忘れない工夫を!

- ・検査用具をトイレの中に置いておく。
 - ・枕元において置く。
 - ・トイレのドアに貼り紙をしておく。
 - ・家族の人に声をかけてもらう。 など…
- 忘れそうな人は、いろいろな工夫をしてみましょう。



保護者のみなさまへ

健康診断へのご協力をお願いします



学校での健康診断は、お子様一人ひとりの発育や健康状態を把握するために行います。病院などで受ける検査とは違って、「学校生活を送る中で注意のいることはないか」「疾病の疑いはないか」を調べるものです。

学校から「受診のおすすめ」が届きましたら、なるべく早い対応をお願いします。

来る前にひとこと

できれば、授業担当の先生や、周りの人に一言伝えてから、保健室に来てください。突然いなくなると、先生やクラスメートが心配します。



ケガをしたら、これだけは

傷口に砂などの汚れがついている場合は水道で洗ってから、血がたたくさん出ている場合はハンカチなどで傷口を押さえながら、保健室へ来てください。



あいさつを忘れずに

入退室時はノックやあいさつをしましょう。

〇年×組の△△です

ありがとうございます
ございました

失礼します

失礼しました



先生からのお願いです

保健室利用 マニュアル

継続的な処置はNG

休みの間のケガや、前にケガをしたところのガ一ゼの貼り替えなどは、お家でできてみてください。保健室で行うのは、応急手当だけです。



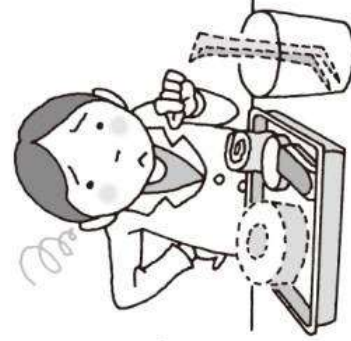
勝手にさわらない

応急手当の道具や測定器具などを使いたいときは、先生に声をかけてください。使い方を間違えて壊れたりすると、たくさんの方が困ります。



使ったら元の位置へ

使ったものは、次に使う人のために元の場所にきちんと戻してください。保健室から借りたものも、使い終わったら返却をお願いします。



さわがない

大きな声を出したりさわいだりするのはやめてください。体調が悪くて休んでいる人がつらい思いをしないように、配慮をお願いします。

