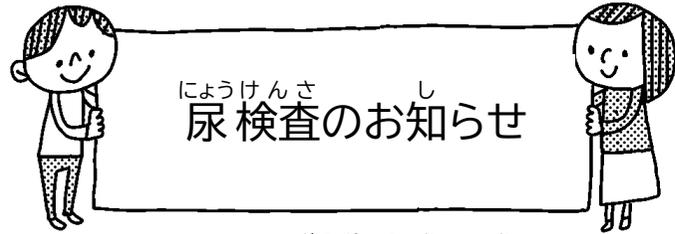


# ほけんだより

No.4

2025年(令和7年)5月  
福山市立神辺小学校 保健室



尿検査のお知らせ

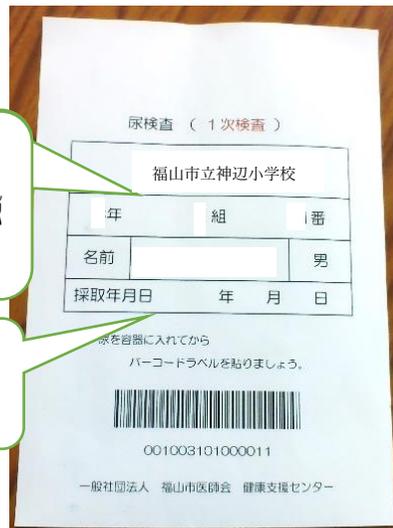
- 尿をとる日・提出する日・・・5月20日(火)
- 20日に提出するのを忘れた人・・・5月21日(水)
- 生理中の方は別の日に実施します。(6月12日の予定です。)

## ～検査をするときの注意事項～

右の写真の袋の中に採尿カップ、スポイト、下の写真のバーコードラベルが入っています。



学校名・学年・組・名前・性別が合っているか確認してください。



尿をとった日にちを忘れずに記入してください。

バーコードラベルは縦向きに貼ってください。

○ 良い貼り方



✗ 悪い貼り方

バーコードが横      バーコードが斜め



○ 良い量



この線の間まで入れてください

さいてい最低ライン(これいかに以下は測れません)

✗ 悪い量



## 前日

夕方からはビタミンCを多く含んだ食品、薬などをとらないようにしましょう。



夕食後に、激しい運動をしないようにしましょう。



寝る直前に排尿し、膀胱を空にしましょう。



## 当日

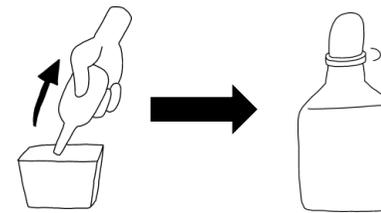
①目が覚めたら、すぐに尿をとりましょう。



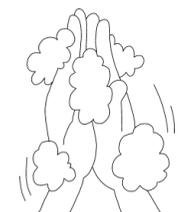
②出始めの尿はとらず、必ず途中からの尿を容器にとりましょう。



③提出するスポイトに移して、ふたをしっかり閉めましょう。



④尿をとった後、手を洗いましょう。



※大人の尿検査と違って、寝ている間につくられた尿をとって検査します。こどもは少し動いただけで、病気ではないのに、尿の中にタンパクが混ざることがあります。そのため、朝起きたら、何か行動を開始する前に、尿をとることが大切です。

※前日にとった尿は、細菌が繁殖し、正しい結果が得られません。必ず、その日の朝にとった尿を持ってきてください。