

# ほけんだより

近衛中学校

保健室

2017.10.17

2日目に忘れた人は学校で

とってももらいます。

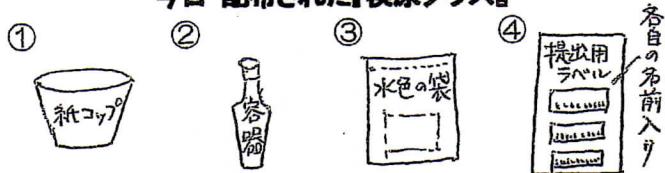
みなさん忘れないでください。

## 検尿

10月18日(水)・19日(木)

尿の中の成分を調べます。タンパク・血液・糖が出ている場合は腎臓の病気や糖尿病が原因の事があります。腎臓は症状がなかなか出てこないところなので、早期に発見するために年二回の検尿を行っています。大事な検査です。忘れないように各自工夫してください。

### 今日配布された『検尿グッズ』



(容器を目につく所に置く・・・はり紙をする・・・等)

« 保健体育委員さん・1組日直さんへ » 18日・19日ともに

○朝読書終了後に、クラスの検尿と名簿を保健室まで持ってきてください。

○18日の放課後に、19日提出用のクラスの箱を保健室に取りに来てください。

### 検尿のとり方 & 提出方法

①朝一番のおしつこをとる

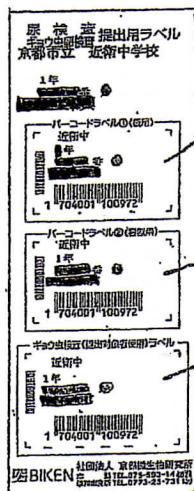


②はじめのおしつこを少し流してから



③容器の線までおしつこを入れる

④個人シールを貼る



「袋用」と書いてあるシールを袋に貼る

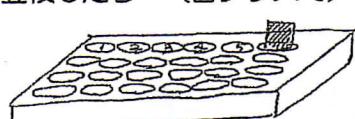


「容器用」と書いてあるシールを容器に貼る



ラベルの一番下の「ギョウ虫検査用」は、汚れた場合など予備として使ってください。

⑤容器を水色の袋に入れる



⑥登校したら…(各クラスで)

検尿(袋ごと)

- ・自分の番号の穴に
- ・名簿に○印をつける

\* 生理が重なり、受けられない人は各自で保健室に連絡に来てください。

※再検尿(11月8日・9日)に受けてもらいます。

ウラ面は、からだの柔軟性やバランス能力を改善するためのストレッチです。  
柔軟性が上がるだけがを防ぐことも出来ます。ぜひやってみて下さい。

ウラ面は、からだの柔軟性やバランス能力を改善するためのストレッチです。