

ほけんだより♪♪♪

令和7年9月8日
京都市立山科中学校

9月9日（火）・10日（水）の検尿について

* * * 腎臓病や糖尿病など自覚症状の現れにくい病気を早期発見するための大切な検査です。* * *

<注意事項>

- *できるだけ一日目に提出しましょう。
- *提出するのを忘れた場合は、採り直しとなります。
- *2日間とも忘れた場合は、朝学活後に学校で採尿することになります。
- *生理中の女子で経血量が多くて採りにくい場合は再検尿で提出しても構いませんが、担任の先生か保健室の畠に必ず連絡をしてください。
- *この検査で蛋白・糖・潜血の検査結果が陽性だった場合は再検尿をします。（再検尿が必要な人には個別にお知らせします。）



検査機関：保健科学西日本

尿のとり方

- ① 前日は、寝る前に必ず排尿する。
- ② 朝起きて、一番の尿をカップにとる。→出はじめの尿はさけ、中間の尿をとる。
- ③ 尿を容器で吸い上げ、しっかりフタをする。
- ④ 検尿検査袋に付いている「検尿用ラベル」（バーコード付き名前シール）を容器に横向きに貼る。（1枚予備あり）
- ⑤ 検尿検査袋に入れて口を閉じる。（点線で折り曲げる。）

▶検尿検査袋を間違って捨てないでください！

* * * 必ず名前シールを貼りましょう* * *



提出時の注意

- ① 当日の朝学活時に教室で回収用ビニール袋に検尿検査袋を入れたまま提出する。
- ② 提出した人は、名票に○をつける。

* * * 前日に注意してほしいこと* * *

ビタミンCを多く含む清涼飲料水やサプリメント等の摂取は、検査に影響することがありますので控えるようにしましょう。
また、甘いもの（糖質）の摂り過ぎや睡眠不足等でも一時的にはありますが、糖や蛋白に陽性反応が出ることがありますので注意しましょう。



わすれないでね！



再検尿：9月30日（火）