



ほけんだより 5月



令和7年5月8日
穴水町立向洋小学校
No.4 保健室

あした にょうけんさ
明日は尿検査です！ [全員]

がっこう 学校から ようき も かえ ひ 容器を持ち帰る日	にょう 尿をとる日	がっこう 学校に も ひ 持ってくる日
にょう 尿(おしっこ)	8日(木)	9日(金)の朝
にょう 尿(おしっこ)	9日(金)の朝	9日(金)の朝

尿検査は、おしっこの色や成分(たんぱく・糖・血液)を調べることで腎臓やからだの病気がないかがわかります。健康なおしっこは、すきとおついて少し黄色がかつた色をしています。白くにごつたりすると病気の疑いがあります。正しく受けられるように、検査袋の裏にある《尿のとりかた》を、よく読んでとつてください。

※提出容器には名前ラベルをタテ向きに貼ってください。

※容器が袋から出ないように、袋の口をきちんとおりまげてください。

※低学年はおうちの人に手伝ってもらいましょう。

朝、学校へ来たら、玄関の袋に入れましょう！



【保護者の皆様へ】

上手に検尿ができるように、お子さまの補助をお願いします。体の都合で9日に提出できない場合は、その旨を連絡帳に記載し、空の容器を返却してください。二次検査の前日(5/27)に容器をお渡しますので、5月28日の朝に提出してください。検査の詳細については裏面をご確認ください。

春から夏にかけて流行！ 子どもの感染症



咽頭結膜熱

おさんと一緒に外出しやすい季節になりました。ただ、この時期に流行する感染症もありますので、ご注意ください。

症状 39~40度の高熱が5日ほど続き、のどの痛みや結膜炎が見られる

多くは自然に治りますが、症状が強い場合は受診しましょう。なお、過去に「プール熱」とも呼ばれていましたが、プールに入らなくても感染します。

症状 急性の胃腸炎で、水のような下痢、嘔吐、発熱が見られる

安静と水分補給により1週間ほどで治りますが、症状が強い、脱水がある場合はすぐに受診してください。

ロタウイルス 感染症

いずれもウイルスがついた手で口元を触る、食事をするなどが主な感染の原因であるため、こまめな手洗いをお願いします。



尿一次検査について

◆ 採尿前日の注意

- ① 前日の夕方から、ビタミンCをふくんだ薬剤（ビタミン剤等）やジュース類は飲まないでください。
- ② 夜寝る前に必ず一度排尿してから就寝してください。

■ 採尿の手順

【お願い】生理中の採尿は避けてください。

①

朝起きてすぐの尿をとります。

出始めの尿はとらないで、

中ごろから終わりの尿をカップに

受けしてください。

※起床後に動きまわった後の尿では、

正確な結果が出ない場合があります。

②

容器のキャップをはずし、中央部をぎゅっと押して、

カップ内の尿を吸いあげてください。

※尿量が足りない場合は、容器を上に向け、

容器内の空気を出してから、もう一度吸いあげてください。

③

容器に表示されている

『←このあいだに入れる→』の

表示範囲内で採尿してください。

※尿が漏れないようにキャップを

しっかりしめてください。

④

袋上部の「一次 検尿容器用ラベル」をはがし、

容器に巻きつけるように貼ってください。

※矢印が上（キャップ側）になるように貼ってください。

容器のみを容器入袋に入れ、提出してください。

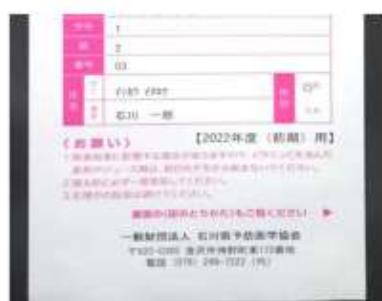
(ビニール袋やティッシュペーパー等は入れないでください。)



『←このあいだに入れる→』の
表示範囲内で採尿してください。
※尿の量が少ない場合、検査が
できません。



※バーコードシールをはがし、
容器に巻きつけるように
貼ってください。



かくすように、
貼ってください。
容器上部ラインに合わせて

立体表示の
部分をおおい



←こちらのQRコードから当協会ホームページにアクセスすると「尿のとりかた」を動画で
確認いただくことができます。

保護者の方にもご理解いただけるよう、容器入袋の裏面にもQRコードを記載しております。

一般財団法人 石川県予防医学協会

TEL(076)249-7222(代) FAX(076)269-4663

〒920-0365 金沢市神野町東115番地