



ほけんだより 5月

令和3年5月11日
かほく市立七塚小学校
保健室

にょうけんさ 尿検査のお知らせ

5月12日(水)提出



じんぞうびょう とうにょうびょう そうきはっけん たいせつ 腎臓病・糖尿病は早期発見が大切

★腎臓病は、自覚がないまま静かに進行します。早期発見のために「尿検査」は大切です。

にょう 尿のとりかた

わすれずに!

<p>①前日の夜は、ねる前にトイレに行きます。</p> <p>※ビタミンCの多いジュースや薬は飲まないでね</p>	<p>②朝起きたらすぐにトイレに行って…</p> <p>あしたの朝 明日の朝</p> <p>ダッシュ!!</p>	<p>③出始めの尿はとらないで、中ごろから終わりの尿をコップにとります。</p>	<p>④尿をスポイトで吸い上げ、キャップをしっかりとめませう。</p> <p>「←このあいだに入れる→」まで入れてください</p>	<p>⑤袋の上のシールを容器に巻きつけるようにはいます。</p> <p>※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。</p>
---	--	--	---	---

尿をとったら、忘れないようにすぐにランドセルに入れよう!

<注意すること>

- 前日にとった尿は検査できません。(尿の中の細菌が繁殖して蛋白尿が出たり、血尿が消失したりするため)
- 前日の夕方からビタミンCの多いジュースや薬は飲まないでください。(潜血反応を陰性化するため)
- 生理中の人は、5月28日(金)に提出してください。

★提出する日

5月12日(水) 登校後すぐに先生に提出しましょう。

忘れた人は、5月13日(木)か5月28日(金)に提出してください。



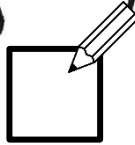
←「尿のとりかた」の動画はこちら
石川県予防医学協会ホームページ



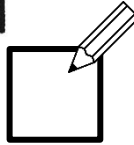
【尿検査】を忘れない3つの作戦



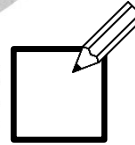
容器もトイレの
ドアに貼っておく



容器も枕元に
置いて寝る



家族の人に
話しておく



おうちの方へ

健康診断の結果、**受診が必要なお子様には「結果のお知らせ」を渡していただきます。**学校の健康診断で分かるのは、**異常の「可能性」**です。実際に異常があるかどうか、また、その健康問題の起こった原因や解決する方法（治療法）を知るためには、医療機関での診察や検査が必要です。**「結果のお知らせ」をもらった方は、できるだけ早く受診されますようお願いいたします。**もし、既に受診され、結果が分かっている場合は、受診報告書にその旨を記入され、ご提出ください。



また、保健室では、**視力の再検査**や**発育のバランスを見る成長曲線グラフ**（入学してから今までの体重・身長・肥満度の推移）を作成することができます。視力の再検査や成長曲線を希望される方は連絡帳等で担任の先生にお伝えください。

けんこうしんだん、その後は…？

けっかをあうちの人とよく読む



くわしいけんさ・ちりょうをうける



自分のせいかつをふりかえる



学校医の先生を紹介します！

- 内科 紺谷 浩一郎 先生（紺谷医院）
- 歯科 二見 隆行 先生（ふたみ歯科）
- 耳鼻科 田中 妙子 先生（田中医院）
- 薬剤師 高井 裕美子 先生（きくのや薬局）



健康診断をはじめ、みなさんの学校での生活をさまざまな面から見まもり、サポートして下さる先生方です。感謝の気持ちをこめてごあいさつしたいですね。