



保健だより

4月の保健目標
自分の健康状態を
知ろう

2024年4月 辰口中学校「保健室」

保護者および生徒の皆さんへ

5月1日(水)は尿検査がある日です

4月30日(火)尿検査の物品を配布しました。明日忘れず学校に持ってきましょう。
5月1日に提出できなかった場合、次回5月21日(火)に提出してください。

【尿検査の日程】

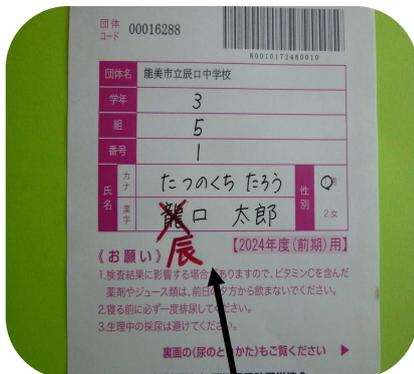
- 尿一次検査 5月 1日(水)
- 尿一次二次混合検査 5月21日(火)
- 尿二次検査 6月 5日(水) *この日は二次検査対象の人のみ提出です

【検査方法】

5月1日の尿一次検査方法については、裏面をみてください。

*学校HP、全校生徒クラスルームにも載せました。

学校へ出すときは下のことに注意しましょう



年組番号、氏名に誤りがあつたら、赤字で訂正してください



教室で提出する時は、ナイロン袋からだしてください



シールは取れないよう
しっかりはりましょう

学校尿検査でわかるのはどんなこと？

腎臓は腰の上あたり左右一つずつある臓器で、血液をろ過して血液中の老廃物や余分な水分を、尿として体外へ排出する働きがあります。

腎臓の機能に問題が生じると、本来は、ろ過されずに血中にとどまるたんぱく質や赤血球などが尿の中にもれでてしまいます。

学校で行われる尿検査は、尿にこうした異常がないか調べることができ、腎臓の病気を早期に発見するためにもとても大切な役割があります。

たんぱく	腎臓病など、さまざまな病気が疑われます。ただし、健全な人にもでる場合があります。
潜血	腎臓病や膀胱炎、尿路に石ができているなどの疑いがあるほか、さまざまな病気が疑われます。
ブドウ糖	血液中にブドウ糖が増えすぎると尿にもブドウ糖が出てきて糖尿病が疑われます。

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コップに
受けてください。

※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、
コ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。）



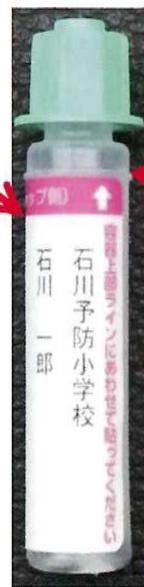
『←このあいだに入れる→』の
表示範囲内で採尿してください。
※尿の量が少ない場合、検査が
できません。



※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。

学年	1
期	2
番号	03
氏名	石川 一郎
学年	石川 一郎

【2022年度（前期）用】
【お願い】
1. 検査結果は、お預けする届出が完了後、必ず1週間以内にお知らせいたします。
2. 届出が完了後、必ず1週間以内にお知らせください。
3. 届出中の結果は取り扱いません。
※届出のしるしを必ずお確かめください。
一般財団法人 石川県予防医学協会
〒920-0365 金沢市神野町東115番地
電話 (076) 249-7222 (代)



立体表示の
↑このあいだ
↓に入れる
部分をおおい
かくすように、容器上部ラインに合わせて
貼ってください。



←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。