



## 明日は 尿検査 提出日です

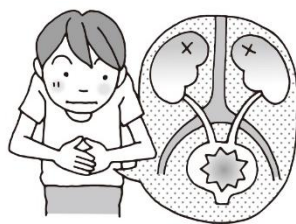
提出日	5 月 1 日 (木)
検査をする学年	全学年 (1 ~ 3 年)
容器や袋の配付日	4 月 30 日 (水)
尿をとる日	5 月 1 日 (木) *朝起きてすぐの尿をとる
提出場所	登校後すぐに、玄関においてある学年の袋に入れてください。 *提出したら、名簿の自分の名前に○をつけましょう。



尿検査を忘れないために、前日に検査容器をトイレに置いておくといいですよ。この保健だよりをトイレのドアに貼っておくと忘れないですね。

### 目 的

- ◆腎臓の病気や異常の早期発見
- ◆糖尿病の早期発見



### 前日の注意

- ・ ビタミン C をふくんだジュース類は、前日の夕方からは飲まないようにしましょう。
- ・ 前日は、夜寝る前に尿をしておきましょう。
- ・ 生理中の女子は、担任又は保健室まで連絡してください。(1日に提出できなかった場合は、5月22日(木)に提出することができます。)

### 尿のとり方

➡ 詳しくは裏面の「採尿の手順」を見てください。

- \* すぐに出た尿はとらないで、中ごろから終わりの尿をとってください。
- \* 尿をとった後、容器にバーコードシールを貼り付けます。

### 注意してほしいこと

- ・ ビニール袋やティッシュなどは取り除いて、検査用袋だけで提出してください。
- ・ 検査袋の口は、セロテープをはらないでください。

### 尿のとり方



寝る前に尿をする



起きてすぐの尿をとる



少し出してから途中の尿をとる

# 尿一次検査について

## ◆ 採尿前日の注意

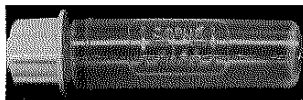
- ① 前日の夕方から、ビタミンCをふくんだ薬剤（ビタミン剤等）やジュース類は飲まないでください。
- ② 夜寝る前に必ず一度排尿してから就寝してください。

## ■ 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。

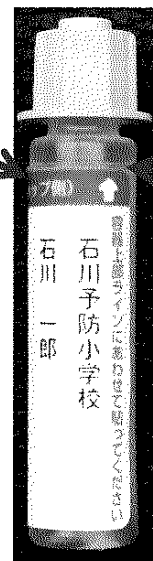
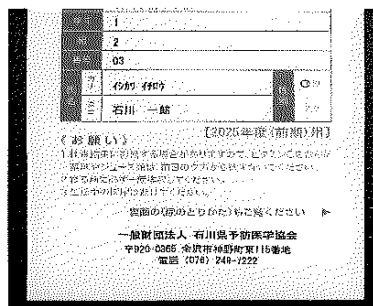
- ③ 容器に表示されている  
『←このあいだに入れる→』の  
表示範囲内で採尿してください。  
※尿が漏れないようにキャップを  
しっかりしめてください。
- ④ 袋上部の「一次 検尿容器用ラベル」をはがし、  
容器に巻きつけるように貼ってください。  
※矢印が上（キャップ側）になるように貼ってください。  
容器のみを容器入袋に入れ、提出してください。  
（ビニール袋やティッシュペーパー等はいれないでください。）



『←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。



立体表示の  
↑「このあいだ  
に」  
↓  
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。

 一般財団法人 石川県予防医学協会  
TEL(076)249-7222 FAX(076)269-4663  
〒920-0365 金沢市神野町東115番地