



# げんき

小清水町立小清水小学校  
ほけんだより №5  
令和2年6月24日



学校再開から3週間が過ぎました。  
疲れをためないよう、睡眠時間を確保し、ゲームの時間等はルールを決めて、生活リズムをととのえていきましょう。引き続き、咳エチケット、手あらいをていねいにいきましょう。

## 尿検査の日程

6月25日(木): 全学年 尿検査(1次)

7月28日(火): 尿検査(2次)



## 尿検査でなにがわかるの？

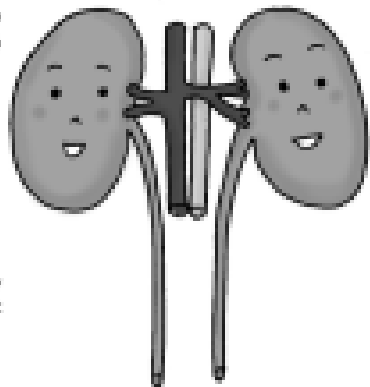
尿(おしっこ)の色や成分(タンパクや糖、血液)を調べて、病気がどうかわかります。おしっこで腎臓のはたらきを調べます。



じんぞう

### 腎臓のはたらき

●尿をつくる  
血液の中のよけいな成分を  
からだにとっていらないものを  
濾(ろ)して、おしっこをつくらせます。



●1日につくられる  
おしっこ(尿)の量  
おしっこの量は1日約1リットル  
くらいです(水やお茶をたくさん  
飲む人は、その分おしっこの量も  
多くなります)。

●尿を調べる  
尿を調べることで、病気を  
発見したり、病気の進行を  
調べるのに使われます。

●尿・大腸の  
動きが悪い  
おしっこが、おしっこ管の  
途中で詰まると、おしっこが  
おしっこ管の途中で詰まると、  
おしっこが、おしっこ管の  
途中で詰まると、おしっこが

# あす にようけんさ 明日は尿検査です

6月24日(水)に 全員に配布したもの  
紙コップ 試験管 袋

低学年や心配な人は、おうちの人に手伝ってもらいましょう！  
25日(木)の朝、おきたらすぐおしっこをとって、学校へもっていきます。

## 【尿検査】を忘れない3つの作戦

わすれないように、  
じぶんで作戦をたてて  
みよう！



## にようけんさ ほうほう 尿検査の方法



おしっこをとる前の夜、ねるまえに、トイレに行きましょう。  
あさ、おきたら、すぐトイレに行きます。  
はじめのおしっこは、少しながし、中間のものを紙コップに入れる。  
紙コップのおしっこを、すこしずつ試験管に入れて、  
**しっかりとふたをしめる！！**  
学校へもっていく。(袋にいれよう)  
うまくできるか不安な人は、おうちの人と、おしっこをとりましょう。

都合で(生理、体調不良などで)おしっこがとれなかった人は、二次検査(7月28日)で行います。未使用のコップと試験管は一度学校へ戻してください。検査センターが当日回収にくるので、翌日の提出はできません。