

ほけんだより にょうけんさ 尿検査号

2021年
池田小学校
保健室

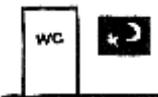
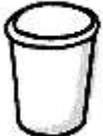
げつようび
月曜日（4月19日）は、

にょうけんさ ていしゅつび
尿検査の提出日！



- ※ 忘れた人は、4月20日（火）に持ってきてましょう。
- ※ 検査をしたのに、持ってくるのを忘れた人は、先生に言ってください。
あたら にょうけん さ
新しい尿検査セットをわたします。

おしっこのとり方 かた

<p>① 前の日の夜、 ねる前に おしっこに いきます。</p> 	<p>② 朝おきたら、 すぐにトイレに いきます。</p> 	<p>③ <u>はじめに少しおしっこ を出します。</u> ※ おしっこの通り道に たまっているおしっこを すてるためです。</p>
<p>④ 残りのおしっこを 紙コップに とります。</p> 	<p>⑤ 紙コップの中の おしっこを、容器で すいあげます。</p> 	<p>⑥ 容器のふたを しっかりしめて、 袋に入れます。</p> 

※ 学校で集めるときはナイロン袋から出して、回収の袋に入れましょう。

前日（18日）の注意点 ちゅういん

<p>○ ビタミン入りのジュースなどは飲まない ようにしましょう。</p> <p>みず ちや 水やお茶は OK!</p> 	<p>○ 夕食後は、はげしい運動はせず、早め にねましょう。</p> 
--	---

どうして「おしっこ」をしらべるの？

おしっこを調べて、からだの中にある「腎臓」というところに病気がないか調べるためです。

腎臓の調子が悪いと、「たんぱく質」「糖」「血液」など、体に必要なものまでおしっこと一緒にからだの外に出してしまいます。

腎臓が悪くなくても、いたくなったり、体調が悪くなったりしにくいので、気づいたときには重症になっていることが多いのです…。

だから、毎年全員尿検査をして、腎臓が悪くはないか調べます。

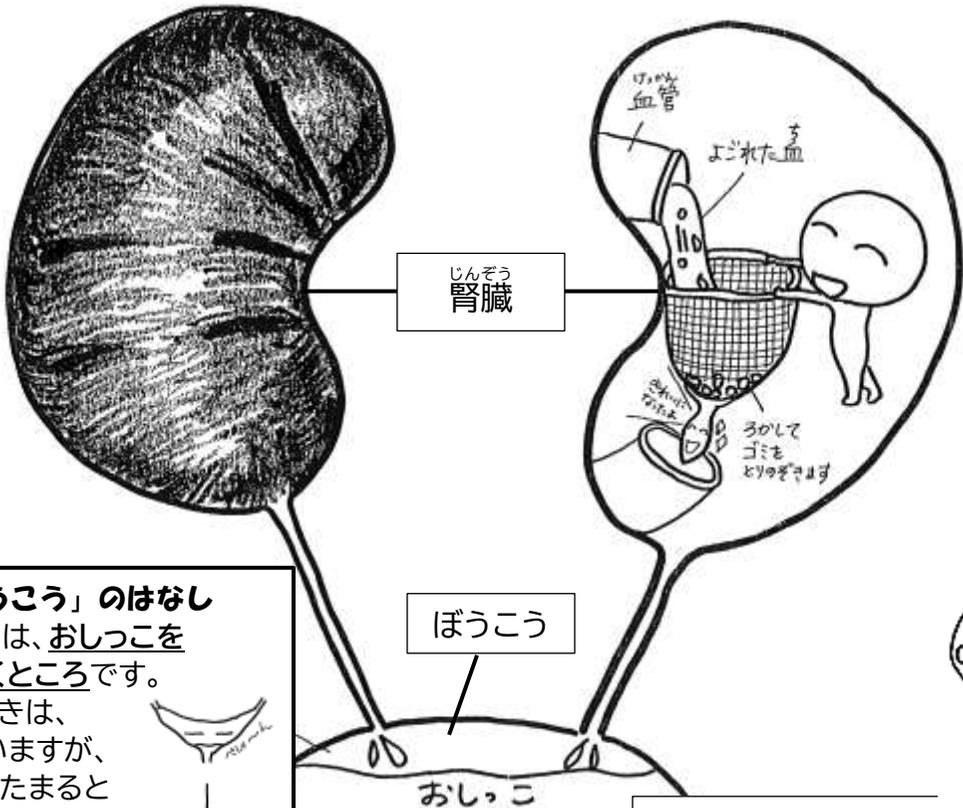
腎臓は、からだのそうじきです！



腎臓は、血液の中から、からだの中のゴミやいらぬものをろかして（こして）きれいにしてくれます。

ゴミやいらなくなったものは、おしっことして、からだの外に流し出します。

- 1日に腎臓でろかされる血液は150ℓ（牛乳パック150本分）。
- 1日にからの外に出されるおしっこは、1.5ℓ（牛乳パック1本と半分）。



「ぼうこう」のはなし
ぼうこうは、おしっこをためておくところです。

からのときは、つぶれていますが、おしっこがたまると丸くふくらんでトイレに行きたくなります。



「腎臓」について

腎臓は、背中側に左右2こあります。
形：ソラマメに似た形
大きさ：自分のにぎりこぶしくらい