

# ほけんだより

赤阪小学校

保健室

R4.10.19 No.8

あ す にち にようけんさ ていしゅつ び  
**明日20日(木)は尿検査の提出日です！！**

おしっこ（尿）の中に、たんぱく  
糖、血えきがまじっていないかを  
調べる検査です。



20日の朝、起きたらすぐ尿（おしっこ）をとって、学校に提出してください。

## ●おしっこのとり方●

①前日は、ねる前におしっこを  
すませておきます。

②朝起きて、最初のおしっこを  
とります。



③出始めのおしっこはとらずに、中ごろから終わりのおしっ  
こを紙コップにとります。

\* 尿道（おしっこの通り道）にたまっているおしっこを捨  
てるため。

④紙コップにとったおしっこを、  
スポイト容器に吸いとります。

⑤容器のふたをしっかりとめ、  
名前シールをはって袋にいれます。

\* シール・袋 への名前の記入を忘れずに！！

