

# ほけんだより

赤阪小学校

保健室

R4 (2022) .5.12

No.3

あ す にち きんようび にょうけんさ ていしゅつび  
明日13日(金)は尿検査の提出日です！！

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



13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！！

