

ほけんだより

総社市立
総社中学校
保健室

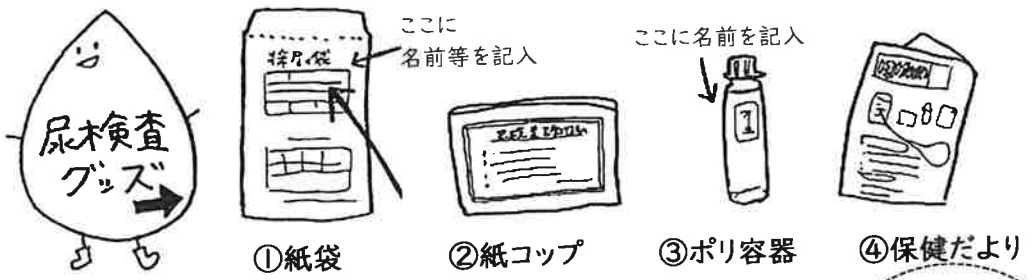
No.4 2026年 4月 21日

尿検査について

全員、必ず
提出しましょう

尿検査では、尿にたん白質・潜血・糖が出ていないかを調べます。腎臓がしっかり働いていないと、たん白質や赤血球、ブドウ糖など、からだに必要な成分が尿中に出てしまいます。

検査日 4月22日(水) 忘れた人は 4月23日(木)



尿検査の配布・提出の流れ

- ① 上記の尿検査グッズ4つが手元にあることを確認します。
- ② 紙袋の表面 **学年・クラス・組・番号・名前・性別・年齢** すべてを記入してください。
- ③ 採尿用の **ポリ容器に油性マジックで名前**を記入してください。
- ④ **22日(水)**に、登校したらすぐ、クラスの回収袋に入れ、**名簿に○**をします。
- ⑤ 22日に提出できなかった人は、必ず**23日(木)**に提出しましょう。

採尿袋

学校名	総社市立総社中学校		
年	ク	組	番
氏名			
男	女	全	

尿の採り方

※はじめの尿には古い尿や細菌が含まれているため、真ん中の尿をとります。



人は腎臓で血液をろ過して、からだの中にあるいらぬもの(老廃物)や水分を尿としてからだの外へ出しています。もし、腎臓が病気になり、尿が出なくなってしまうと、それらのものをうまくからだの外に出すことができなくなり、全身に悪い影響が出てきます。また、腎臓は、「ものを言わない臓器」とも言われ、異常が見つかった時には、悪化していることも多くあります。そのため、定期的に調べるのが大切です。

気を付けること

- ・ 提出する時は必ず**ポリ容器のふたをしっかりと閉めて**、配布された袋に入れて提出してください。(ポリ袋や別の袋からは出してください)
- ・ 必ず**朝一番**に提出してください。午後に提出されても間に合いません。



