

## すくすくつうしん

精華町立東光小学校保健室  
令和6年4月22日

### 尿（おしっこ）検査です。

#### おしっこで何がわかる？

おしっこがつくられる「じん臓」は、大切なからだの一部ですが、病気になっても、あまり症状がでません。正しく、おしっこをとって、異常がないか調べます。

4月22日（月）に検尿容器を持って帰ります。

<提出日> 4月23日（火）

\*24日（水）25日（木）

<予備日> 5月 8日（水）

<2次検査日> 5月21日（火）

### 尿（おしっこ）のとり方と注意



- 1 前日の夜、ビタミンCが多く、入ったものをとらないようにしましょう。（みかん・いちご・ビタミンC入り飲料）
- 2 夜、ねる前にトイレに行き、おしっこをすませておきましょう。  
\*検尿容器セットをトイレにおいておくといいですよ。

- 3 朝、おきてすぐトイレにいき、おしっこをとります。

少し最初の尿（おしっこ）をだしてから、  
採尿コップに入れます。



- 4 検尿容器に尿（おしっこ）をすい上げ、ふたをしっかりと、しめます。

- 5 検査提出袋の上にある名前シールを  
スポイトピン（容器）にはります。

- 6 学校に持ってきたら、すぐに提出してください。



☆大事な検査です。全員提出しましょう。