



おうちの人と
いっしょによもう

令和7年4月28日
名張市立美旗小学校
保健室

尿検査のお知らせ

尿検査は、おしっこ（尿）の中の、蛋白、糖、潜血を調べて、腎臓の病気や糖尿病を早く見つけるための大切な検査です。このほけんだよりを、おうちの人とよく読んで、正しく検査を受けましょう。

提出する日

4月30日（水）

休み明けが提出日となりますので、忘れないようにご注意ください！

・忘れた人や生理中の人は、5月12日（月）の朝の尿をとって提出してください。

※注意！ 30日に忘れても、5月1日には持っていないでください！！

回収日ではありません。

前日しておくこと

- ・検査の結果に影響することがあるので、前日の夕方からはビタミンCと表示されたジュースや薬は飲まないでください。
- ・ねる前に、かならずおしっこをしておいてください。
- ・検査容器をトイレに置いておいてください。



尿のとり方

- ① 朝起きてすぐの尿をとってください。
- ② 出始めの尿を少し出して、途中からの尿を白いカップにとってください。
- ③ カップの尿をスポイト式に吸って、容器の底から2cm以上入れてください。ただし、検査機器にエラーが出るため、ふたに尿がつくまで入れないでください。

尿量について

- ※容器の底から2cm以上入れてください。
- ※尿量が少ないと検査不能となります。



※バーコードシールをぬらしたり、よごしたりしないように気をつけてください。

- ④ しっかりふたをしめて、もれないことを確かめて、青色の袋に入れて、学校に提出してください。

提出のときの注意

- ・ビニール袋やラップに包まず、提出してください。
- ・兄弟姉妹がいる場合、入れ替わらないようご注意ください。

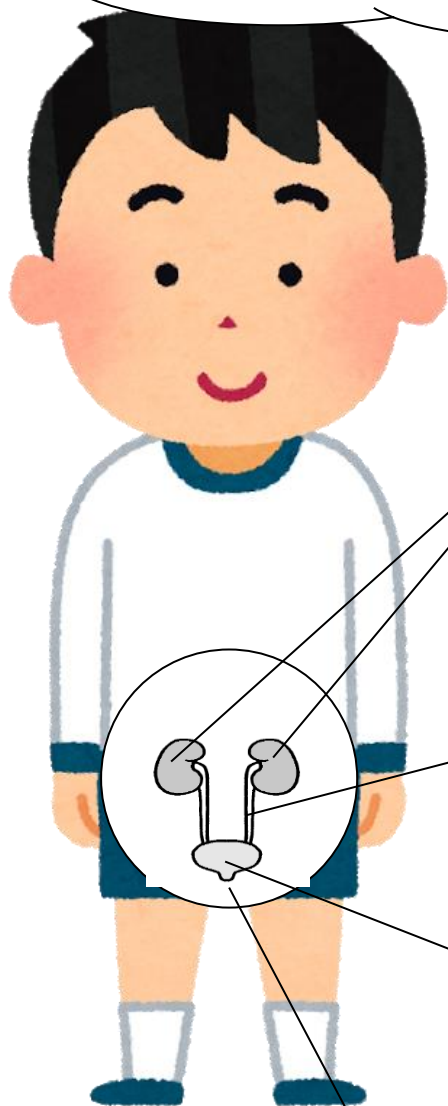


おうちの方へ

- ・検尿は、低学年のお子さんには難しいと思いますので、お手伝いをお願いします。朝のお忙しい時間にお世話をおかけしますが、ご協力よろしくお願いいたします。
- ・30日の朝、どうしても尿がとれない場合、5月12日の朝の尿をとって、学校に持ってきてください。
- ・1次検尿で陽性となったお子さんには、2次検尿（6月5日）のお知らせをいたします。なお、1次検尿で陽性となっても、必ずしも病気というわけではありません。

おしっこたび

みなさんは おしっこが どこで どんなふう
できるか知っていますか？
おしっこが できるまでのたびを みてみましょう。



じんぞう

- ・(①) のなかから、いらなくなったものをとりだして、おしっこにします。
- ・(②) があります。

にょうかん

おしっこをじんぞうからぼうこうにおくります。

ぼうこう

(③) をためておく
ところです。

「にょうどう」という「くだ」をとって、
おしっこがからだのそとにだされます。

☆おしっこはがまんせず、^{やす}休みじかにトイレへ行っておきましょう。

わくわく♪からだたんけん

(4月:腎臓)

自分のおしっこの色、見たことある？

みなさんは、自分のおしっこを見たことはありますか？
おしっこの色は、どのようにして決まるのかな？



☆牛乳を飲んでも白いおしっこが出ないのはなぜ？

飲んだものがそのままおしっこになることはありません。体の中に栄養分はのこり、あまったものやいらなくなったものが ① でこし出されて、おしっことなります。

☆おしっこの色はどんな色？

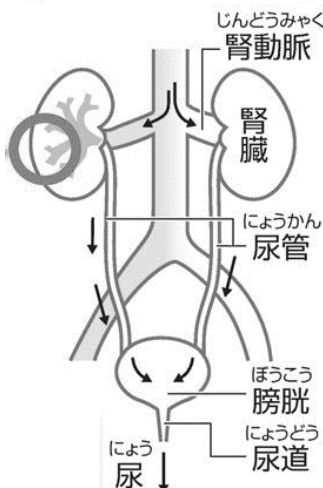
正常なおしっこは薄い ② をしています。

しかし、水分を多くとれば③に近く、たくさん汗をかけば、④になります。

・①～④の口に入る言葉を、この中から選んで、文を完成させましょう！

無色 赤色 黄色 黄褐色（黄色みを帯びた茶色） じんぞう

おしっこが
でき
出来るまで



おしっこの色で自分の健康状態がわかります。

これからは、おしっこの色を見るようにして、からだの調子のいいときのおしっこの色覚えておきましょう。

おしっこに血がまじっていたり、おどろく
ほどいつもの色とちがったりしたら、病気の
場合もあります。

すぐにおうちの人や
先生に言いましょう！



(イラスト：朝日新聞社インフォメーション NIE 教育に新聞を ののちゃん DO 科学より)

たそけい① けいけい② けいけい③ けいけい④