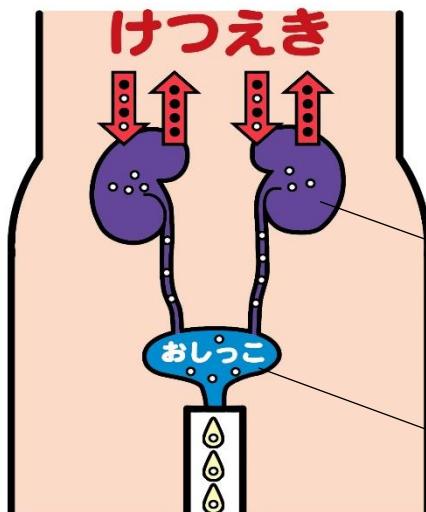




# ほけんだより

令和7年5月7日  
倉梯第二小学校保健室

○5月8日(木)に尿検査(によるけんさ)があります！



尿検査では、みんなの尿(おしっこ)を作っている腎臓や尿を溜めておくぼうこうが健康かどうかを調べます。

**腎臓** …そらまめのような形(けんこう)をしています。血液(けitえき)の中から体(からだ)の中の要らないものを取り出して、おしっこを作る。

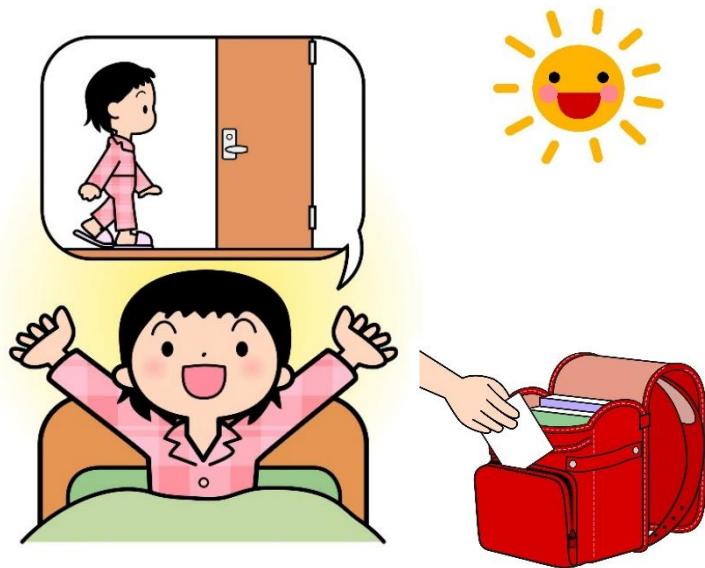
**ぼうこう** …腎臓(じんぞう)から来たおしっこを一時的にためておくことができる。

5月7日(水)よる



- ・トイレの中の分かりやすい場所に尿検査のセットをおいておく。
- ・ねる前に必ずトイレに行く。
- ・ビタミンCがたくさん入っている食べ物や飲み物は正しい検査結果が分からなくなるためひかえる。

5月8日(木)あさ



- ・起きてすぐにトイレに行く。
- ・出始めのおしっこは取らずに中間(ちゅうかん)からのおしっこを取る。
- ・尿(よう)を取つたらすぐにランドセル(い)に入れる。
- ・学校(がっこう)についたらすぐに提出箱(ていしゅつばこ)に入れ。(い)

生理中の場合は上川先生に教えてください！

次回 角スクールカウンセラーの来校日 5月19日(月)