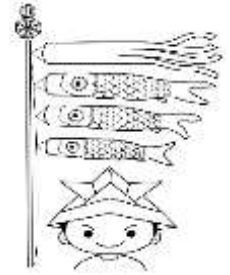


ほけんだより

～^{ひと}おうちの人と^{いっしょ}一緒によみましょう～



新年度が始まって一か月が経とうとしています。あたらしい環境には慣れたでしょうか。

この時期は心も体も疲れが出てくるころです。お家でゆっくり過ごしたり、たくさん遊んだりして元気をチャージしましょう。連休明けも元気な姿をみせてくださいね。

✦ ✦ ✦ ^{ほうほう} ^{げんき} こんな方法で元気をチャージ! ✦ ✦ ✦



健康診断の結果をお知らせします

健康診断のご協力、ありがとうございます。病院の受診が必要な人は「健康診断結果のお知らせ」でお伝えします。早めに受診し、必要な検査・診察を受けるようにしてください。受診の際は、病院で「健康診断結果のお知らせ」の「病院での検査・治療結果」を記入してもらい、学校に提出してください。

歯と口の健康標語について



6/5 (月) しめきり

歯と口の健康に関する標語を募集します。ぜひ、お子さんと一緒に考えてみてください。素敵な作品をお待ちしています。提出の際は、点線を切り取って、保健室に提出してください。

★5・7・5の形式になるように、字余りや字足らずでも大丈夫です。

年 組 名前

〈ここに書いてください〉

尿検査の提出日は、5月16日(火)か17日(水)です！

必ず提出してください。

- 16日に忘れた場合には、17日の朝に尿をとって、提出します。
- 女子児童で月経時には潜血反応が出ることもあります。その場合は二次検査のときでも提出可能です。担任の先生か、保健室まで知らせてください。
- 二次検査は、6月8日(木)です。
- 学校に持ってくるときは、緑色のキャップをしっかりとめて、検査用の袋に入れ、袋の口を二重に折り返してください。

尿検査のお知らせ

ここに気をつけて！

- ポリ容器や袋に名前を書いた？
- 前の日のおしっこでは、正しく検査することができません。必ず検査の日の朝のおしっこを持ってこよう。

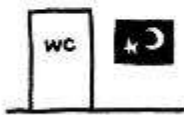


どうして尿検査をするの？

尿(おしっこ)の色や成分(タンパクや糖、血液)などを調べると、病気がどうか分かるからです。健康なときのおしっこは、透き通っていて、少し黄色がかった色をしています。おしっこが赤かったり、白くにごっていたりすると、病気の疑いがあります。そのときは、病院で診てもらいましょう。

尿検査のやりかた

①おしっこをとる
前の夜、寝る前
におしっこに行っ
ておきます。



②朝、起きたらす
ぐにトイレに行き
ます。



③はじめに少し
おしっこを出しま
す(※)。



④おしっこを紙
コップにとりま
す。



⑤紙コップの中
おしっこを、ポリ
容器(スポイト)
ですくいあげます。



⑥容器のふたを
しっかりとめて、
袋に入れます。



※尿道(おしっこの通り道)にたまっているおしっこをすてるためです。