

ほけんだより

男鹿工業高校
保健室
R5. 4. 13

明日4月14日(金)は尿検査の回収日です。

尿は、体の中で不必要なものが、水分と一緒に排泄されるものです。
尿検査では、体の調子の変化や腎臓の機能異常などを知ることができます。

次の注意事項をよく読んで、**忘れず**に提出してください。



前日準備

◆小袋の名前を確認する。

- ◆ビタミンの豊富な果物の摂取は控えましょう。
- ◆激しい運動は控えて、寝る前に排尿をすませます。

尿の取り方

- ①朝起きたらすぐに尿をとります。
出始めの尿を少し流してから、中間の尿をプラカップにとります。
- ②容器の半分くらいまで尿を入れて、しっかりとキャップを閉めます。
- ③小袋に入れて、**のりかテープでしっかり封をします。**
※封がされていないと、小袋からポリ容器が出てしまい、

未提出者扱いになることがあります。

提出方法

- ①学校へ着いたら、すぐに**自分のクラスの回収袋へ**提出してください。
- ②回収袋に入れる時は、包んできたビニール袋などをきちんとはずしてください。
- ③提出したら、回収袋の近くにある名簿に○印をつけてください。

〈注意〉

- *生理中の女子は、次回提出日（5月10日）に提出してください。
- *当日取り忘れてしまった人は、次回提出日に提出してもらいます。
→小袋、ポリ容器、プラカップは**保健室に持ってきてください。**
- *提出日以外の日にも持ってきて受け付けられませんので注意してください。
- *結果、異常がない場合は連絡しません。再検査や精密検査の場合はお知らせしますので、指示に従ってください。