

金竜小学校のみなさん、

4月22日(火)は尿検査の回収日です

こんなことを調べます。

尿検査(腎臓健診)では、水泳やマラソンの授業が受けられるかどうか、1年ごとに体の状態を確認して行く検査です。心臓病や糖尿病、蛋白尿の有無を調べます。

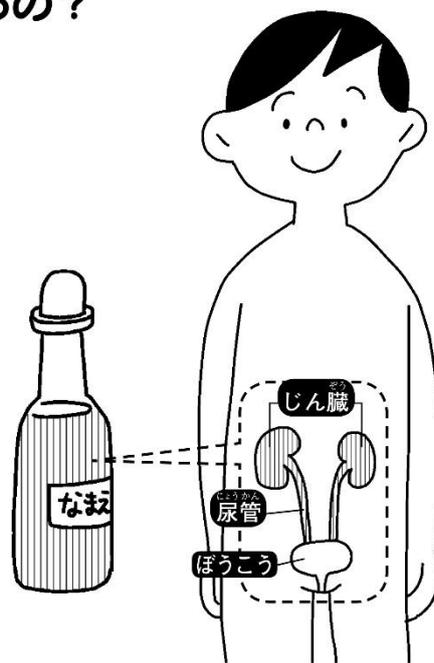
## 「おしっこ」から何がわかるの？

おしっこ(尿)は、血液中のいらなくなったものを材料にして、じん臓で作られたものです。そして、じん臓から尿管を通して、ぼうこうにたまり、体の外に出されます。

おしっこを調べることで、じん臓が健康かどうかを調べることができます。

たとえば、おしっこの中に、血液や「たんぱく」と呼ばれるものが入っていた場合は、じん臓の病気である疑いがあります。

また、「糖」が多く入っていた場合は、「糖尿病」と呼ばれる病気の可能性があります。



裏面に「提出のしかた」の記載があります。

## 尿検査をする前に・・・

せんじつ  
前日

- ・ビタミン入りのジュースなどはのまない



- ・夕食後に、激しい運動はしない



とうじつ  
当日

- ① 目が覚めたら、すぐに尿をとる



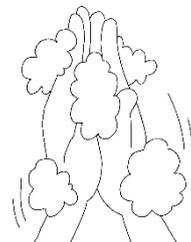
- ② 出始めの尿は流してから、採取する



- ③ 提出容器に移して、ふたをしっかりとめる



- ④ 尿をとり終えた手を洗う



にょうけんさ ていしゅつ  
**尿検査 提出のしかた**

①尿を採取したら、袋の上部を切り取り  
 容器にラベルを貼ります。

②封筒に容器を入れ、点線にそって  
 封筒の口部分を閉めてください。

※封筒裏面に、詳しく説明が記載されています。ご確認ください。

封筒・表

検尿容器用ラベル

▲	うえ (キャップ側)	▲
氏名	年・組	学校名
年		
組		

※縦書きでお願いします。

採尿後に乾いた手で容器に貼ってください。  
 採尿の仕方については裏面を参照して下さい。

キリトリ線

うしろに折りまげてください

もう一度うしろに折りまげてください

**尿 1 次 検 査**

学校名 \_\_\_\_\_

年・組 \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 組 \_\_\_\_\_

性別 男・女 \_\_\_\_\_

生年月日 \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日

刀かけ

氏名 \_\_\_\_\_

公益財団法人東京都予防医学協会  
 〒162-8402 新宿区市谷砂土原町1-2  
 電話 03(3269)1131

封筒・裏

1. 尿をとる前日について

- ①ビタミンCを多量に含んだドリンクや錠剤を飲むと、検査結果に影響する場合がありますので、前日夕方から飲まないようにしてください。
- ②寝る前に必ず一度排尿してください。

2. 尿をとる当日について

- ①朝起きたらすぐに尿をとってください。  
 ※起床後に動きまわった後の尿では検査結果に影響する場合があります。
- ②はじめに少し排尿してからコップに採尿してください。
- ③キャップをはずしてから容器をつぶし、中の空気を出して、コップ内の尿を吸い上げます。  
 ※容器の「このあいだに入れる」に入っていることを確認してください。
- ④キャップをしっかりと閉めてください。
- ⑤採尿後に表面の検尿容器用ラベルを巻きつけるように貼ってください。(下図参照)
- ⑥この袋に入れて提出してください。



※矢印が上(キャップ側)になる様に

検尿容器用ラベル

▲	うえ (キャップ側)	▲
予防	1年1組	太 郎

巻きつけ例

