

令和 7 年 5 月 7 日  
大阪市立東中学校  
保 健 室

## 尿検査のお知らせ

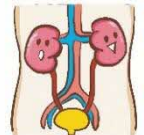
1 提 出 日 **5 月 8 日 (木) 朝 予備日: 5 月 9 日 (金)**

- ・朝学活時に各教室で回収します。  
遅刻した場合は、登校してすぐに保健室に持参してください。
- ・2 日目は予備日のため、なるべく 1 日目に提出してください。

2 対 象 者 **全学年・全生徒**

- 3 注 意 事 項
- ・起床後、朝一番の尿を採取します。出始めの尿ではなく、中間の尿を採ってください。
  - ・前日の夜、寝る前に必ず排尿をしてください（前日の夕方以降、ビタミン C を多く含んだジュース、甘い食べ物や飲み物はなるべく控えてください）。
  - ・検査袋に学校名・学年・組・名前・性別・採取日を必ず書き、容器にも名前シールを貼ってください。
  - ・女子で生理中の方は二次検査時：**5 月 30 日 (金)**に提出してください。
  - ・一次検査で異常がある人は、二次検査時に再度検査を実施します。

### 尿検査でどんなことがわかるの？



尿検査は、尿の中に「たんぱく」や「血液」、「糖」が出ていないかを調べて、腎臓病や糖尿病を早期に見つけるための検査です。

腎臓は血中の老廃物をろ過し、尿を排出する役割があります。それだけでなく、水分・電解質量を調整したり、ホルモンを分泌したりと皆さんの身体にとって大切な機能を多くもっています。

しかしながら、腎臓は病気が隠れていたとしても症状があらわれにくく、病気の発見が遅れる可能性があります。そのため、尿検査をすることで気づけない病気を早期にみつかることにつながるのです。

### 尿検査で朝一番の尿・中間尿をとる理由って？



健康な人でも、運動をすると一時的にたんぱく尿がでて検査結果に影響してしまうため、できるだけ安静な状態である朝一番に尿を採取します。

また、出始めの尿には尿道口の雑菌が混ざってしまうため、中間尿を採取します。  
正しい検査結果を得るために、適切な方法で尿検査を実施しましょう。