

## 尿検査について

明日6月16日（火）・17日（水）提出

### ＜配布物＞

- ① プリント「尿検査について」
- ① 尿器
- ② 尿を取るコップ
- ③ 提出用の袋～右上のシールは尿器にはってください。

### ＜検尿の方法＞

- ① 朝起きたらすぐにトイレへ行く
- ② 出始めの尿は取らず少し出た後の尿を紙コップにとる。
- ③ スポイトになっている容器を押してコップの中の尿を吸う。
- ④ 登校途中でこぼれないよう、きつくフタをする。
- ⑤ 容器を提出用の袋に入れる。
- ⑥ 登校したら、玄関にある自分のクラスの袋に各自検尿を入れてから教室へ行く

※今回は感染予防のため保健委員は回収しません。

### ＜前日の注意点＞

- ① できるだけ薬やビタミン剤は飲まない。※医師から指示のある人は飲んでください。
- ② 激しい運動はできるだけ避ける（尿にたんぱく質がでるため）
- ⑦ 寝る前に必ず排尿し、膀胱を空にしてから眠る。



※女子で、生理中のため提出できない人は、2次検査（6月30・7月1日）に提出してください。配布された検尿セットは自宅で保管してください。