

芽が出た!

平成30年4月24日
大阪市立玉出中学校
保健だより No.11

明日は、尿検査です

明後日は予備日です。26日も忘れた場合は、学校でとります。

ただし、生理中やその他の事情で25・26日に提出できない人は、容器などを各自で保管し、5月11日(金)に提出してください。

配布物(4点)

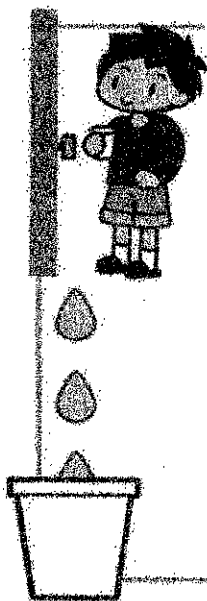
- ①スポイド型の容器 ②白いコップ ③提出用の袋
- ④容器に貼るシール(袋の右上についています)

なぜ、「尿検査」をするの?

主に腎臓が正常に働いているかどうかを調べます。

尿の中に、たんぱく・血液・糖が混じっていると、腎臓が正常に働いていない可能性があります。

腎臓の病気は自覚症状が現れにくいので、早期発見をするためにも尿検査を正しく受けることが大切です。



今日、準備をすること

- ① 袋とシールにボールペンで、必要なことを記入する。
- ② 容器とコップを翌朝すぐに目の留まる所に置いておく。
- ③ 就寝前に排尿する。

朝一番のおしっこがいいので、
夜はトイレへ行ってから寝てね。



3年Tさん作 芽でやん



明日、朝にすること

- ① 起きたらすぐにトイレへ行く。
- ② 少し尿を出して、途中からの尿をコップに採る。
- ③ コップに採った尿を容器に吸い上げる。
- ④ ふたをしっかりと閉めて、袋に入れる。
- ⑤ 学校へ持ってくる。
- ⑥ 提出するときは、家から入れてきたビニール袋等から出して、クラスの袋に入れる。



腎臓は、腰の辺りに2つあるよ

♪芽でやんの部屋♪

鈴木亮平さんは空気清浄機?!

こんにちは、芽でやんです♪
テレビを見ていたら、NHK 大河ドラマ「西郷どん」に出演している瑛太さんが、主演の鈴木亮平さんについて、「彼はこんな人ですよ。」と、話していた。どんな人かという、「空気清浄機みたいな人」だと。「本人も身体が辛い、眠い、イライラするなど、闘っていることがあるのに、そんなマイナスの空気を出さず、周りのマイナスの空気を吸って、明るく前向きになるプラスの空気を出してくれる人。」って。例えていうなら、「高級な空気清浄機、100万円くらいするもの。」って話していた。

芽でやんも同じ空気を発するならプラスの空気を出したいぞ!



3年Yさん作
芽でやん