

～しっかりね🍷 きちんとたべ🍷 よくあそ🍷 すこやかにのび🍷 ～入谷小はルルブル運動を推進しています～

# ほけんだより 4月

令和5年4月18日  
入谷小学校 保健室  
第2号  
\*おうちの人と一緒に  
読みましょう。

## 尿検査 (全学年)

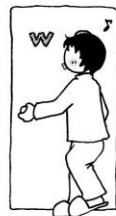
腎臓の病気や小児糖尿病などの発見の手掛かりとなります。検査では「蛋白」「潜血」「糖」を調べます。

容器配布日 4月18日(火) 提出袋・検査容器・採尿コップを配布しました。

尿をとる日 4月19日(水) 朝起きてすぐの尿



①前日の夜、寝る前にトイレに行っておきます。



②朝、起きたらすぐにトイレに行きます。



③はじめに少し尿を出します(※)。

※尿道にたまっている尿では、正しく検査できないため



④尿を紙コップにとります。



⑤紙コップの中の尿を、ポリ容器(スポイト)で吸いあげます。



⑥容器のふたをしっかりとめて、袋に入れます。



### 朝一番の中間尿

を提出してください



#### どうして朝一番の尿？

体が活動を始めると、尿にたんぱく質が混ざってしまい、誤って病気と判断されることがあるためです。

#### どうして中間尿？

中間尿とは、出始めではない途中の尿のこと。尿道の出口の雑菌などが混ざるのを防ぐためです。

提出日 4月19日(水) 登校後、学級の回収袋に入れます。

→19日(水)に忘れた場合は、20日(木)の朝に尿をとり、提出します。

<注意> ・19日(水)にとった尿を20日(木)に提出することはできません。

新しい容器が必要な場合は、担任の先生に話してください。

提出ができない場合は、養護教諭までお知らせください。

# 内科検診（結核検診・運動器検診）（全学年）

○ 発育の様子や、心臓や肺、ひふ、背骨、四肢(両腕、両足)の健康について調べます。

実施日：4月20日(木) 13:30～

場所：教育相談室

校医：笹原 政美 先生

(登米市・ささはら総合診療科)

<前日は・・・>

- ・お風呂に入り、体を清潔にしましょう。
- ・早めに就寝し、体調を整えましょう。

## 心臓病検診（1・4年生）



○ 心臓は1日も休むことなく、働いている大切な臓器です。

この心臓の状態を正しく知り、突然の心臓の病気を防ぐために検査を行います。

実施日：4月27日(木) 9:30～

場所：検診車（保健室前）

服装：運動着（半袖・短パン）

検査内容：心電図・心音図検査

検査機関：宮城県予防医学協会

循環器検査受診票の記入について

4月20日(木)、1・4年生に受診票を配布します。お子さまの生年月日や問診事項等を記入し、学級担任まで提出をお願いします。

**提出期限 4月23日(日)まで**

## 心電図検査の受け方

・検査は1分間くらいです



① ベッドに横になります



② 手首・足首・胸に器具をつけてもらいます



③ ダラーンと力を抜いて動かない

\*検査は痛みなどありません。体の力を抜いて、安心して受けてください。

～保護者の皆様へ～

### 受診のお知らせについて

健康診断の結果、専門機関での検査や治療が必要と思われるお子さまには「健診の結果について」をお渡ししますので、健康で充実した学校生活を送るためにも専門医での受診をお願いします。また、医療機関を受診された場合は、学校へ「受診報告書」の提出をお願いします。



++ 健康診断は自分の体と向き合い ++  
健康について考える大切な時間です

