



千代小学校（2024.9）

長い夏休みも終わりました。早めに夏休み気分をリセットしましょう。まずは早寝早起き。朝ごはんを食べ

てトイレに行き、学校を中心にした生活に切り替えていきましょう。

尿検査があります。

※全員対象です

尿検査の提出日：9月4日（水）

※2次検査：9月18日（水）

■検査の目的■

尿の中に蛋白・潜血・糖が混じっていないか調べます。

（腎臓病および糖尿病の早期発見・早期治療のための検査）



次ページおよび9月3日に配られる容器に書いてあることをよく読んで採尿してください

■尿を採る時の注意■

ア 前夜入浴して体を清潔にしておく。

イ 検査に影響があるビタミンCを添加したお茶、ウーロン茶、ビタミンCの含有量が多いジュース類や薬剤については、前日の夕方からの摂取を控えるよう注意する。

ウ 前夜寝る前に必ず排尿しておく。

エ 早朝の中間尿を採る。（朝起きたら、コップを持って真っ先にトイレに行き、まず少し尿を出し、中間の尿を採る。）

オ 尿は提出日の朝採ったものだけを提出する。

（前日に採った尿では、正しい結果が出ない。）

カ 当日忘れた者は、2次検査の指定日に早朝尿を採って提出する。

キ 女子で生理中の者は、2次検査の指定日に早朝尿を採って提出する。

ク 必ず、本人の尿を提出する。

身体計測があります。

自分の身体の成長を知ることとはとても大切なことです。身長や体重が増えることは、それだけ身体的に成長しているということです。

9月に、全児童を対象に身体計測（身長・体重）を実施します。結果は、健康手帳でお知らせします。

9月3日（火）5，6年生

9月4日（水）すみれ

9月5日（木）3，4年生

9月6日（金）1，2年生

※健康手帳を集めます。

※服装…体操服

※髪の毛を頭の上や後ろで結ばない。

