

ほけんだより

函館市立赤川中学校
2026. 4. 22
養護教諭 黒島 華恋

明日4月23日(木)は・・・

尿検査の日です！



1. なぜ検査が必要？

- ・むくみや血尿が出る腎臓病は、放っておくと治りにくい慢性腎臓病に進行する恐れがあります。
- ・早く見つけて適切な治療をすれば、比較的短期間で治すことが可能です。
- ・自覚症状が出にくい病気なので、尿検査での発見が重要です。

2. 配布物

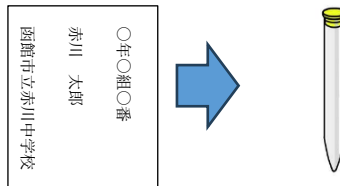
- ① 尿を採るためのコップ
- ② 試験管
- ③ 名前シール

【シール見本】


○年○組○番
赤川 太郎
函館市立赤川中学校

シールは
縦に貼って
ください。

【シールの貼り方】



3. 検査の方法

1. 朝起きたら**すぐの尿**を採る。
 出始めの尿は捨てて、**途中の尿**を採りましょう。
2. 試験管に**半分以上**尿を入れる。
3. フタをしっかりとしめる。
4. 名前シールを貼る。

22日(水)の過ごし方

- ・激しい運動は避ける
- ・お菓子やジュース、塩辛いものは食べ過ぎないようにする
- ・就寝前に必ずトイレに行く

～2次検査について～

1回目の検査で陽性であっても病気とは限りません。
もう一回検査を行います。その場合は個別にお知らせします。
2回とも陽性になった場合は精密検査のお知らせをします。

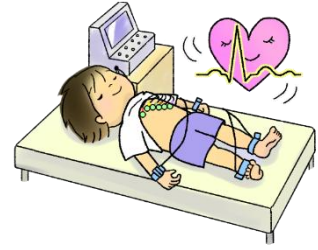
※登校後、クラスで回収します。



～1年生のみ～

4月23日（木）に

心電図検査もあります！



1. なぜ検査が必要？

「心臓の動きや様子におかしなところがないか」を調べるため！

心臓には、ごくわずかな電気が流れています。胸や手、足に「心電計」という機械をつけて、心臓の中で起こっているかすかな電気の変化を調べることで、心臓が正常に働いているかどうかわかります。

2. 心電図検査の受け方

13:30～開始

1. **男女別の出席番号順**に、検査を受けます。
(E組(男子→女子)→1A女子→1A男子→1B男子→1B女子→1C女子→1C男子)
2. 名前を呼ばれたら、ベッドに横になり、胸、手首、足首に、器具をつけてもらいます。
3. 検査中は、全身の力を抜き、リラックスしましょう。痛くありません。



3. 服装について

* 上半身:Tシャツ

(廊下待機時は長袖 OK)

* 下半身:ジャージ

(長ズボン or 短パン)

～保健室に入ったら～
長袖からTシャツになりましょう。
Tシャツを下ジャージから出しましょう。
(中に入れず)。
足首が見えるまで裾をあげましょう。
* 下着に指定はありません。
* 靴下も脱ぎません。

4. 検査時の注意点

- * 前日は入浴し、からだの清潔・衛生面に気をつけましょう。
- * 検査の前に、激しい運動をしたり走ったりしてはいけません。
(昼休みは静かに過ごしましょう)
- * 名前を伝え、あいさつをしましょう。
- * 検査中は、しゃべったり、動いたりせず、リラックスして待ちましょう。

