

令和8年4月13日

保護者各位

成田高等学校附属小学校
教頭 山縣 秀雄

尿検査実施について

定期健康診断の一環として、下記の要項で尿検査を実施します。
正しい検査ができますようご協力をお願いいたします。

記

1. 提出日 4月15日（水） 午前8時30分まで
2. 対象 全校児童
3. 採取日 4月15日（水） 朝一番の尿を採る。
4. 採取方法
 - 1 前日の夕食後には、ビタミンCの豊富な果物、ジュース類は、多量に摂らないようにする。
 - 2 15日の朝の第一尿を採る。
 - 3 出始めの尿は採らず、中間の尿をコップに採る。
 - 4 コップの尿をスポイト式ポリ容器の肩の線まで入れ、もれないように、ふたをしっかりと閉める。
 - 5 提出用袋（青色）に入れて学校へ提出する。
5. 注意
 - * 15日に忘れた人は、4月17日（金）に提出してください。
 - * 女子で生理中の人は、4月22日（水）に提出してください。
6. 結果について * 二次検査の対象者のみ 一次検査の結果がわかりしだい連絡いたします。
7. その他 容器は本日（13日）配付しました。
提出日は4月15日です。

尿のとり方 正しくとらないと異常が出ることがあります

ぜんじつ
前日



薬やビタミン入りのジュースなどは飲まない

夕食後は、はげしい運動はしない

ねる前に必ずトイレに行っておく

とうじつ
当日

目が覚めたらすぐ尿をとる

出始めの尿を少し流してから

提出容器に移し、手を洗う



すてる

さっ

ふたはしっかり閉める

おしっこと健康

量 おとなは1日およそ1.5から1.8リットル。子どもはその半分くらい。多すぎても少なすぎてもよくない。



かいすう
回数

昼間は4回から8回、ねむっているときは0回から1回。昼間に10回以上、ねていても2回以上起きてトイレに行ったり、1日2回くらいしかおしっこが出ないのはよくない。



にごり

健康なおしっこはとうめい。赤や白色でにごっていると病気の可能性がある。

あわ

あわがなかなかきえなかつたり、黄色くあわだつのは健康なおしっこではない。



いろ
色

うすい黄色が健康。ピンクや茶かっ色、緑がかっているのは要注意。食べたもの、飲んだもののせい、ということもある。