ほけんだより 4月

令和4年4月16日

NO.3

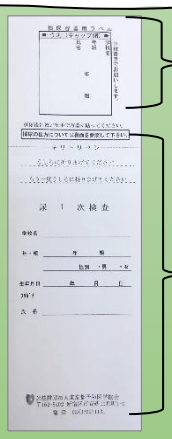
渋谷区立原宿外苑中学校
保健室

4月19日（火）
腎臓検診があります

【尿検査追加日】
今回提出を忘れた人は次回、
４月21日(木)
に提出してください。

【本日の配布物】

1. 尿検査提出封筒
※名前が印字されている封筒
　容器に貼るラベル(右図)
2. 容器
3. カップ
4. 腎臓検診のお知らせ
　（保健だより裏面）

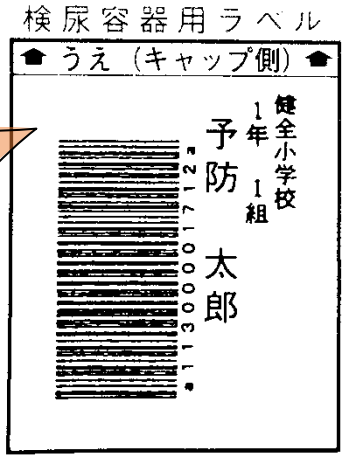


尿検査当日の方法について

＊尿検査の方法は検体用封筒の裏面にものっています。よく読んで準備しましょう。

① 朝起きてすぐの尿をとる
② 初めに少し排尿してからカップに尿をとる
③ 容器のキャップを外してから容器をつぶし、中の空気を出してカップ内の尿を吸い上げる
（容器の「このあいだに入れる」まで尿が入っていることを確認してください。
④ キャップをしっかりと閉める
※ キャップがずれたまま閉めてしまうと容器からもれてしまいます。きちんと閉まっていることを確認しましょう。
⑤ 採尿後、検体用封筒表面の検尿容器用ラベルを巻き付けるように貼る（下図参照）

尿検査検体用封筒の表面上部にあるラベルシールをはがし、容器に巻き付けるように貼る



巻きつけ例

⑥ 封筒のキリトリ線にそってラベルシール部分を切り取り、ラベルを貼った容器を封筒に入れて折り線にそって、２回折る
⑦ 最後は忘れずにカバンに入れましょう！！
⑧ 登校したらクラスに置いてある男女別のビニール袋に提出してください。