

検尿について

- Q. どうして尿検査するの？
- A. 尿には私たちの体の状態を教えてくれる大切な情報がたくさんあります。たとえば、尿に赤血球やタンパクが混ざっているのは、尿を作る腎臓の働きがよくないサインです。
- Q. 検尿で何が分かるの？
- A. 腎臓病の早期発見、尿路系の異常が分かる、全身の状態を把握するために大切な検査です。
- Q. 尿検査の項目の内容はなんですか？どんな疾患（病気）がわかりますか？
- A. 項目別に簡単ですが説明します。ただし、1回の尿検査では、断定的な診断は出来ません。学校で行った検尿結果を、医療機関に提示して詳しい検査等を行い医師の診断をうけましょう。
- 尿蛋白・・・基準値は(一) ○ 尿蛋白・・・基準値は(一)
陽性(+)の場合は腎臓の機能の異常が考えられます。
疑われる疾患は、腎炎、ネフローゼ症候群、糖尿病、膠原病など。
 - 尿糖・・・基準値は(一)
陽性(+)の場合は糖尿病や腎臓の機能の異常が考えられます。ただし、健康な人の場合でも甘いものを食べすぎた後など一時的に陽性になる場合があります。
 - 尿潜血・・・基準値は(一)
陽性(+)の場合は膀胱炎や尿管結石などの尿路系の疾患が疑われます。
月経血が含まれると検査結果が陽性になってしまうので、月経中の尿検査は避けましょう。

他に、尿比重（尿の重さのことで、水よりは比重が重い）も検査します。採尿した時に水が混入すると、検査結果に誤りが生じますので、水を混入しないように注意しましょう。

気をつけたいこと

- ① 検査の前日は、ビタミンCが入ったジュースや栄養剤などは飲まない。
- ② 朝、一番の尿を取る。
- ③ 少し尿を出してから、中間の尿を取る。

学校名・年・組・番・名前・フリガナを全て読めるように書くこと

名前シールに名前を書いて、スポイト容器に貼る

困ったときに使ってね！

各階女子トイレの洗面台付近にみんなが使えるようにナプキンを提供してあります。

無料で提供していますが、数に限りがあります。大切に使うようにしましょう。

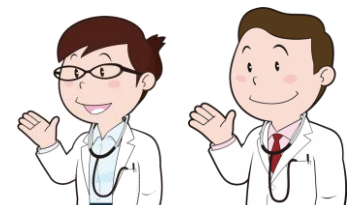
また、突然のことに備えてロッカーなどに常に入れておくと安心ですよ！ボックスが空になったら、保健室まで声をかけてくれると助かります。

日本スポーツ振興センターについて

学校管理下（登下校中、授業中、部活動中など）でけがをし、病院を受診した場合は保健室にご相談ください。「日本スポーツ振興センター」の災害見舞金申請についての説明や、申請書類の配布を行います。また、何かわからないこと等があれば気軽に聞いてください。

内科検診時に個別に配慮してほしいことや、相談したいことがある人は4月16日までに保健室に相談に来てください。一緒に考えましょう！

内科検診時の注意



Q. 内科検診って何を診るの？

A. 内科検診は、聴診器で心臓の音や肺の呼吸の音を聴く検査です。

聴診で所見のあった人は、学校で行われる心臓2次検診の対象者となり、心電図等の検査を受けることになります。小さな音を聴く検査なので検査室に入ったら、**1. 話は絶対にしない 2. 歩く足音を静かにする。**ご協力をお願いします。

さらに内科検診では、3つの項目をみます。①湿疹や皮膚炎などの皮膚の状態、②四肢（両手足）の運動器の状態、③背骨や胸骨、肩甲骨（肩の高さや異常）です。

ですから、男女とも上半身は裸で検診を受けるのがベストだと思います。しかし、学校での集団検診では十分なプライバシーの確保がなかなか難しい現状があります。そこで、男女とも素肌に薄手のTシャツを着用して内科検診を実施することにしました。ですが、骨格の異常をみる場合、Tシャツを脱いでもらうことになりますので、指示があれば速やかに指示に従うようにしましょう。脱がなくても、上にあげてもら場合があります。検診の特性上、医師や補助教員が身体に触れる場合もあります。ご協力をお願いします。

- ① 男子は、素肌に薄手のTシャツを着用可能。上半身裸でもOK。
 - ② 女子は、ブラジャー付きのキャミソールを避けて素肌にブラジャーと薄手のTシャツを着用可能。
- *Tシャツは薄手で、飾りなどが無い薄手のものを着用する。
- *貴重品は紛失しないように、自己管理をする。
- *髪が長い人は背中にかからないように束ねておく。



ごみの分別について

学校で処理が可能なごみ

- ・リサイクルができない紙類（食品や汚れの付いた紙、ティッシュ、ペーパータオルなど）
- ・ペットボトル

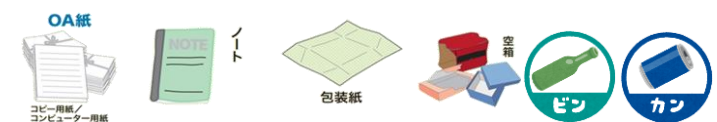
各教室、各階の手洗い場にゴミ箱を設置しています。ペットボトルを捨てる時は、飲み残しの無い状態にして捨てること。

学校で処理が不可能なごみ

- ・リサイクル可能な紙（包装紙・紙箱 など）
 - ・テスト用紙（問題用紙、解答用紙）・プリント類・ノート など
 - （※学校名や個人情報が分かるものは捨てられない）
 - ・ビン
 - ・缶
- 持ち込んだものは、自分で持って帰る。



捨てられない



また、壊れた傘などは学校では処分できません。自宅に持ち帰り処分をすること。