

5月28日(火)

# じんぞうけんしん によけんさ ～腎臓健診(尿検査)～

〈保護者の方へ〉

①前日(27日)にお子様が尿検査キットを持ち帰ります。

★ 前日はビタミンCを含むジュース類やサプリメントの摂取を控えて下さい。また、就寝前にトイレを済ませましょう。

②翌朝、尿検査キットを使って尿を取ります。

**ポイント**

- ・朝起きて最初の尿
- ・生理の人は後日検査できます。担任か保健室にお知らせください。



③お子様は、容器を教室の箱に提出。

**重要!**

遅刻した人は保健室へ  
**朝9時まで!!**

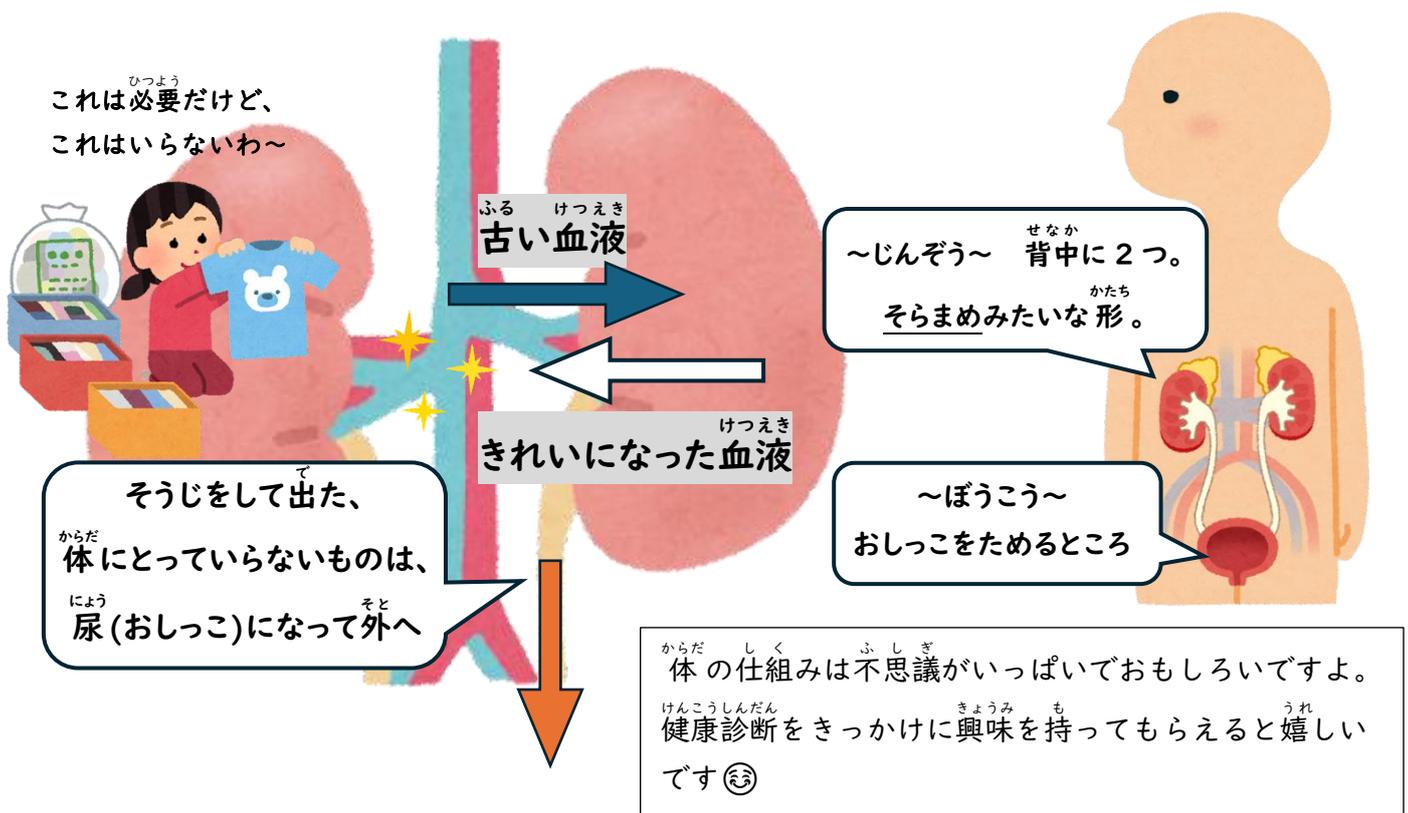
腎疾患や糖尿病を早期発見するための大切な検査です。朝の忙しい中だと存じますが、ご協力お願いいたします。

## そもそも「ジンゾウ」ってなに？

けつえき や  
**答え・・・血液のそうじ屋さん**

ふるく けつえき  
古くなった血液から、いらなくなった

ものやとりすぎた塩分・糖分を取り出して、尿(おしっこ)をつくっているよ!



# ひとやすみ



GWは暑い日が多かったですね。今年も熱中症が心配です。予防には栄養と休養、そして適度な運動で汗をかくことが大切。(暑熱順化) 気候に負けず、5月も元気にがんばろう!

## 健康診断 まだまだ 続きます

5月13日(月)

### じびかけんしん ～耳鼻科健診～

みみ はな びょうき しらべ  
耳・鼻・のどに病気がないか調べるよ。

○場所：体育館

○時間：昼休み 給食が終わったら外には行かず、教室で順番を待つ。

○準備：耳そうじ

#### 〈保護者の方へ〉

耳垢が多いと、耳塞栓という診断名が付くことがあります。耳掃除で防ぐことができますので、健診前に一度ご確認ください。



5月15日(水)から22日(水)

### ないかけんしん ～内科健診～

15日：6の1と2男子、3年生全員

17日：6年生女子、5年生全員、6の3と4男子

20日：1・2年生全員 22日：4年生全員

はついく ようす しんぞう はだ ほね からだ うご  
発育の様子、心臓、肌、骨や体の動きなどに異常がないか調べるよ。

○場所：保健室とメディアセンター

○時間：午後1時(5時間目)から

○準備：体操服

ズボンから上着をすべて出す。

✿ ソフトブラやブラトップタイプの下着を着ている人は健診の前に教えてね ✿

#### 〈保護者の方へ〉

胸に聴診器をあてたり、前かがみになって肩の高さを比べたりします。体を見たりふれたりすることがあるかもしれませんが、正しく検査するためのことなので安心するよう、ご家庭でお話しをお願いします。

## 健康診断の心得

一、静かにする



二、あいさつをする



三、結果を知る

人の見ません

