

ほけんだより 4月

令和4年4月18日
練馬区立大泉中学校
4月号その3 保健室

眼科検診

学校眼科医は、みやもとゆうこ若野眼科医院の宮本裕子先生です。

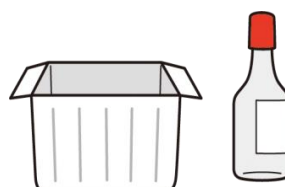
①日時・・・4月19日(火):10組・1年生・3年生3クラス
4月26日(火):2年・3年3クラス

②場所・・・保健室

- めがねをかけている人は検診の時に外してください。
- コンタクトレンズはそのままよいです。
- 前髪が目にかからないようにしましょう



尿検査（腎臓検診）



①回収日・・・4月21日(木) ※朝一番に尿をとり、登校したらすぐに教室で回収します。

* 確認事項 *

- ①容器と提出用袋に氏名入りのシールは貼ってありますか。提出する前に必ずもう一度確認をしてください。
- ②各教室で男子は青いビニール袋、女子はピンクのビニール袋の中に提出してください。
- ③提出したら名簿に必ず○をつけてください。

※体調などにより4月21日(木)に提出できない場合は、5月13日(金)に提出してください。

*尿の正しい取り方

①朝一番の尿をとる。

朝、最初に出る尿は眠っている間に作られるため、水分摂取や運動などによる影響が少なく、正確に検査することができます。

②出始めの尿をはずらず、少し出してからカップの中に入れ、その尿をとる。

出始めの尿には、尿の通り道や出口からの雑菌や分泌物が混ざっています。そのため、出始めの尿を少し流すことが正確な検査になるのです。