

日之影小学校  
保健室発  
第2号

# 4/23(金)は尿検査の提出日です!

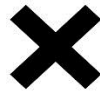
4月23日(金)の朝起きたらすぐ、尿を取ってください。正しく検査するために、前日の夕方から、ビタミンCを含んだジュース類は飲まないでください。(検査容器は22日に配ります。)

忘れないように、おうちの人と確認しておきましょう。

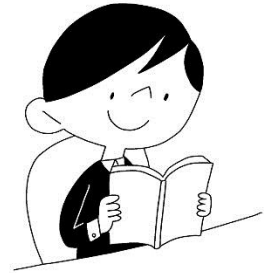
## 尿検査をする前に

ぜんじつ  
前日

・ビタミン入りの  
ジュースなどは  
飲まない



夕食後に、激しい運動はしない



とうじつ  
当日

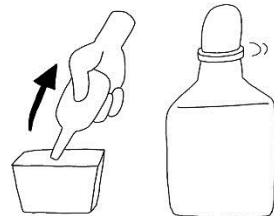
①目が覚めたら、  
すぐに尿をとる



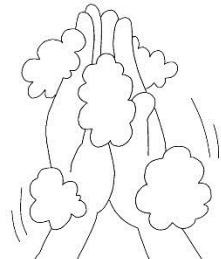
②出始めの尿は  
なが流してから、  
採取する



③提出容器に移し  
て、ふたをしっ  
かりと閉じる



④尿をとり終えた  
ら手を洗う



☆☆忘れないために☆☆

- ・家に帰ったら、自立つところに保健だよりを貼っておこう!
- ・前日の寝る前までに、尿検査のセットをトイレに置いておこう!

