

Medical Checkup News

※Medical Checkup Newsは健康診断に^{けんこうしんだん}関係した^{かんけい}内容の^{ないよう}ほけんだよりです。略して「MCN」!

あした にようけんさていしゅつび
明日は尿検査提出日です!!

じんぞう びょうき 腎臓の病気がないかを調べる大切な検査です。自分のからだの^{じぶん}状態^{じょうたい}を知るためにも、^{わす}忘れず

ていしゅつ
に提出しましょう!

1. 提出日 ^{ていしゅつび} 4月27日(水) ^{がつ にち すい}
28日(木)・・・^{にち もく}前日に提出できなかった人 ^{ぜんじつ ていしゅつ}

2. 提出方法 ^{ていしゅつほうほう} 登校したら、教室にある^{とうこう}回収袋^{きょうしつ}の中に入れて、^{かいしゅうぶくろ} ^{なか} ^い
^{めいぼ}名簿に〇をしましょう。

★尿を入れる前に、容器に油性ペンで名前を書いてください。

★ビニール袋に入れて持ってきた場合は、必ずビニール袋から出して回収袋に入れてください。

尿のとり方 正しくとらないと異常が出てしまうことがあります

前日

ビタミン剤、ビタミンCを多く含むジュース・薬などはなるべく飲まない



夕食後に激しい運動はしない

寝る前に必ずトイレに行っておく



当日

目が覚めたらすぐに尿をとる



捨てる



出始めの尿を少し流してからとる

提出容器に移してしっかりふたをし、手を洗う

