

ほけんだより

おうちの方へ

令和2年6月8日
長岡北小学校保健室

☆健康手帳の確認と記入のお願い☆

- ① 身長と体重を測定しました。健康手帳を持ち帰りますので、グラフに記入をお願いします。（1, 3年生は、健康手帳3, 4ページに、 2, 4年生は、健康手帳3, 5ページに、 5年生は、健康手帳4, 5ページに、 6年生は、健康手帳4, 6ページに、記入をお願いします。）また、4月の枠に確認印をお願いします。

高学年については自分で記入できると思いますが、確認をお願いします。

- ② 健康手帳1ページめ①の「私の健康のめあて」を記入させてください。

※ 6月15日（月）までに、学校にご提出ください。 よろしくをお願いします。

6月11日(木)尿検査があります！



4月に予定されていた尿検査が6月11日に変更になりましたのでお知らせいたします。

●尿検査について…

尿検査では、尿の中にたんぱくや糖、血液が混ざっていないかを調べます。腎臓の状態を尿でチェックし、病気を早く発見するために毎年、尿検査を行います。

尿検査のやり方

- ① 朝おきたら、すぐトイレに行きます。
- ② はじめに、少しだけおしっこを出します。
- ③ おしっこを紙コップにとります。
- ④ 紙コップの中のおしっこを、ポリ容器ですいあげます。
- ⑤ 容器のフタをしっかりとめて袋に入れます。
- ⑥ 袋と容器に名前ラベルをはります。



6月11日(木)に提出できなかった人は、7月1日(水)〈2次検査〉に提出してください。

1次検査を受けなかった人は2次検査まで容器の保管をお願いいたします。また、万が一破損や紛失した場合は、学校にご連絡ください。一度使用した容器は使えませんが、新しい容器が必要になった場合についても学校にご連絡ください。