

# ぐんぐん

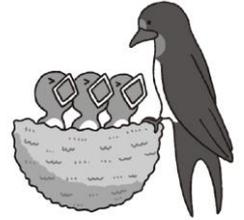


美濃加茂市立山手小学校  
令和6年5月20日  
NO. 3

木々の新緑がきらきらと輝いて、美しい季節ですね。

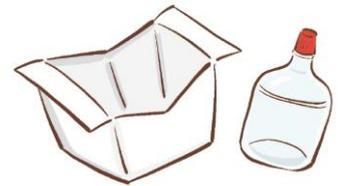
4月の終わりに行われた【1年生を迎える会】では、1年生のかわいらしさと、6年生のきびきびとしたリーダーぶりが際立ちました。そして2年生から5年生の心を込めたプレゼントが、会場全体を温めてくれました。これで、1年生もすっかり山手小の子。全校で歌った校歌がすてきでしたね。

さて、今回の『ぐんぐん』は、『じょうずにおしっこをとろう』検尿特集です。



## ～検尿特集～

# じょうずにおしっこをとろう!!



**本日配ったもの** : 検査容器・名前入りのふくろ・採尿コップ・説明書・『ぐんぐん』

### 方 法

- ① 朝起きてすぐトイレへいく
- ② 出始めのおしっこではなく、中間のおしっこをコップにとる
- ③ 容器に入れる
- ④ ふたをしっかりとめて袋に入れて学校へもってくる

**持ってくる日** : **5月21日(水)**

21日(水)に忘れた人は、22日(木)の朝の尿を持ってくる。

### 注 意 す る こ と

- ① **必ず21日(水)の朝の尿**を提出してください。
- ② 月経中のため採尿できない人は、**6月3日(火)・4日(水)**に2次検査があるので、容器はそのときまで家で保管してください。
- ③ 検査容器をビニール袋などに入れてそのまま提出しないでください。

ふたはしっかりとめよう。  
ゆるいとカバンの中でこぼれるよ!

あさ、おきたらわすれずにおしっこをとってね!!

まくらもとに、検尿のセットをおくか、トイレのドアにはっておくといいよ!

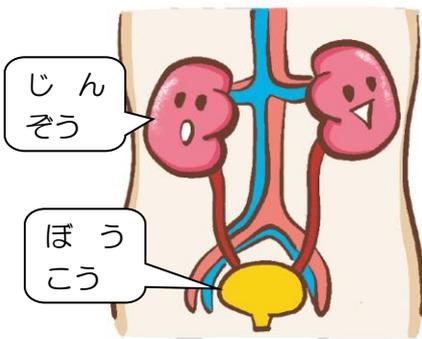
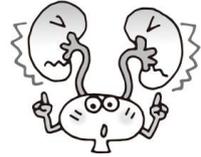


# 尿検査では何がわかるの？



尿検査は他の健康診断と比べて何を調べているのかわかりにくいと思いますが、とても大事なことがわかります。それは「腎臓に異常がないかどうか」です。腎臓の主な働きは、おしっこを作ることです。そのとき体に必要なものは吸収し、必要ないものはおしっことして体の外に出しています。尿検査で、本当ならおしっこの中にはないはずの物質が見つかったら腎臓の病気の可能性があります。腎臓の病気は自分で病気だと感じるような変化が少ないので、わかったときには病気がかなり進行していることが多いです。

そこで腎臓の病気を早く見つけ、早く治療を始めるために尿検査をしています。検査の朝は、おしっこを取り忘れないように注意してくださいね。



腎臓は、腰の上あたりに左右1つずつあるソラマメの形をした臓器です。

ここで作られるおしっこは1日に約1.5リットル。体の中を回っていらなくなったものが、おしっことして体の外に出ます。おしっこをがまんしているとどうなるでしょう？

おしっこをためておく袋（ぼうこう）に、ばい菌が増えて、ぼうこう炎という病気になることがあります。これからは暑いので、水分もしっかりとり、おしっこもしっかりとしてくださいね。

## ～ ほけんしつからナイショのお話 ～

### はピカとは？

歯科健診の結果、歯みがきがよくできている子には歯科医の酒向先生から「はピカ認定証」がいただけます。「よくみがけているね～はぴかですね」と先生に言われた時の、子どもたちの何ともくすぐったそううれしそうな顔。自分でもしっかりと歯みがきを頑張ったと思いますが、もしかしたらおうちの方の見届けや仕上げみがきの効果があったかもしれません。とても素晴らしいですね。

今年は、全校で136名の子が「はピカ」と認められました。ただいま、認定証を準備しています。お楽しみに！

### 6年生からインタビューを受けました

① 「先生は、山手小の伝統の集中みがきをどう思いましたか？」

…山手小に来て、初めて6年生の子のはみがきの様子をみたとき、『えらい学校に来てしまった』と、正直言ってあせりました。なぜなら、こんなに歯みがきに集中している子どもたちを見たのが初めてだったからです。この姿を、1年生から5年生の子たちにしっかりと伝えたいと思いました。

② 「ほけんしつには1年でどれくらいの子が来ますか？」

…昨年1年間で約2500人の子がほけんしつを利用しました。そのほとんどが、すり傷や虫さされなどの軽いものですが、中にはひどく高い熱を出している子や、すぐに病院へ連れて行っただけもありました。

③ 「先生がほけんしつで気を付けていることはありますか？」

…年間2500人もほけんしつを利用する子がいる中で、みんながどうやって健康に楽しく小学校生活を送るお手伝いができるのか、いつも考えています。山手小の主人公は山手小の子どもたちなので、そんな子どもたちが安心して過ごせるように、体や心の健康を伝えていきたいですね。

6年生の子たちは国語の学習の一環としてインタビューに来ましたが、私の答えにうなづいたり、「なるほど」とか、「そうだったのか、知らなかった」などと反応して聞いてくれました。緊張しました…。 (小出)