ほけんだより　4月

No.2　／　令和５年４月２１日（金）／　尾道市立三幸小学校　保健室

保護者のみなさまへ
検尿当日は、きちんと採取できているか、ふたがきちんとしまっているかを確認してください。

歯科健診があります！

４月２７日（木）【２年,３年,６年】

☆口の中を見てもらうので、歯ブラシを持ってきて給食後には、歯みがきをしましょう。

尿検査があります！

腎臓病・糖尿病は早期発見が大切！

☆腎臓病は自覚（むくみ・血尿・だるさ）がないまま静かに進行します。
早期発見は「尿検査」しかありません。

★提出日　4月２５日（火）　　予備日　26日（水）

4月２４日（月）に３点セット（容器・袋・カップ）を配ります。

※名前を必ず書いてください。

※２５日が、生理中または生理前後3～4日に当たる人は、相談してください！

尿検査の3ステップ！

1
前の日の夜は寝る前に必ずおしっこをする。

→

2
朝起きて最初のおしっこを少し出して中間のおしっこをとる。

→

3
容器の目盛りまで十分吸い込み、ふたをしっかりしめる。

「1 型糖尿病」をご存知ですか？

10 歳以下の子どもに発症する糖尿病の大部分は 1 型糖尿病です。膵臓でインスリンがつくられないため、体の中で必要なインスリンを毎日補います。一般的にはインスリン注射を毎日すれば「血糖」を正常な状態に保つことができます。子どもの糖尿病は一生の病気ですが、血糖をうまくコントロールすることができると、すくすく大きくなり、スポーツや旅行も周りの人と同じように参加することができます。

学校の尿検査で「糖」について検査するのも、こういった病気を早期発見するためです。