

# お日さま

浦河小学校  
ほけんしつ  
2021年4月26日

もんだい  
おしっこは  
1日にどれくらい  
出るでしょうか。

先日、とある子が「先生！この下に着ているの、半そで半ズボンだよ！」と教えてくれました。だんだんぽかぽか陽気の日がふえて、薄着でもすごせるようになってきました。元気に外であそべるのはとっても気持ちがいいですね。

とは言っても、はまだ寒い日もまだまだあります。あったかいつきは薄着になる、まだ寒いときは1枚着るといのように、自分で衣服の調整ができるようになるといいですね。

## にょうけんさ 尿検査があります！

みんなが毎日トイレで出している「おしっこ」。

健康診断ではこのおしっこも調べます。

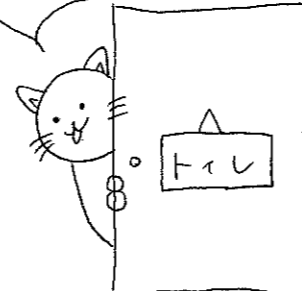
「おしっこなんて調べてどうするの？」って思った人はいませんか？

実はおしっこの中には、からだの中の情報がたっぷり入っているのです。

おしっこを調べることで、おしっこを作る **じんぞう** や、

おしっこをためておく **ぼうこう** に病気がないかがわかります。

「ぼうこう」ってのは  
おしっこのことだよ



おしっこを持ってくるのは、

4月27日

明日だよ！

きょう 今日 < ぼるもの

- 紙コップ ← おしっこをためるもの
- スピッツ ← おしっこを半分入れる
- ラベル ← 名前をかいて、スピッツにはる

おしっこのとりかた	今日の夜は、ねる前におしっこをしておこう。	朝おきたら、すぐトイレに行こう。	ちやっと出して、少しとめて、紙コップにためる！	おしっこをスピッツに半分入れて、フタをしっかりとめよう。
-----------	-----------------------	------------------	-------------------------	------------------------------

### ★ たいじなおしっこの話 ★

おしっこをガマンしすぎると、「ぼうこう炎」という病気になることがあります。

おなかの下がいたくなったり、おしっこに血がまじったりします。

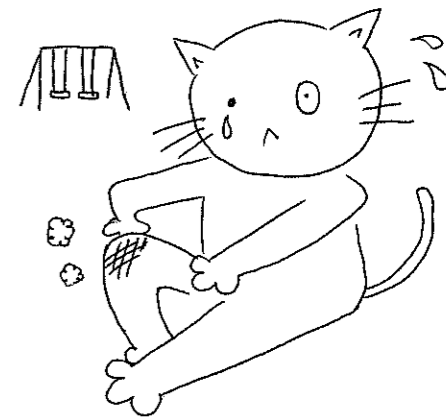
おしっこをしたくなったらガマンしないでトイレに行こうね (・v・)

→ ラベルをはって学校に持ってこよう！



## そと外でころんじゃった！ そんなとき、どうすればいい？

この間、6年生の女の子が1年生の男の子を保健室につれてきてくれました。どうやら外で転んでいて、転んでしまったようです。



先生、この子、外でころんじゃったみたい。でも、保健室に来る前に水道であらっておいだよ。

実はこの対応、とってもバッチリなのです。

外で転んでしまったとき、傷口には何がついていませんか？

砂やどろがついていますね。この砂やどろについているばい菌が

傷口から入ったら、さあたいへん。

治るのがおそくなったり、もっとい

なってしまったりします。

なので、けがをしたときは、傷口を

水道できれいにあらいましょう！

下級生に教えてあげる  
上級生、すてきです。  
さすが！！

★ もしもうまくあらえなかつたらおしえてね。

いっしょにきれいにあらう練習をしましょう。

### もんだいの答え

おしっこは、子どものうちだと1日に800mLくらい出ます。だいたい牛乳のパックよりちょっと少ないくらいですね。ただしおしっこの量は日によってちがいます。たくさん汗をかいた日はおしっこが少なくなります。

### おうちの方へ

#### ★ 尿検査について

- ・低学年のうちは、お子さんだけではうまくできないこともありますので、手伝ってあげてください。
- ・検査は岸本医学研究所で行います。回収時間が決まっているため、遅れたり、忘れたりすると検査できません。せっかく尿を取っても、テーブルや玄関に忘れてしまうことがありますので、登校前に「持った？」の一言をお願いします。
- ・結果については、所見のある場合のみご連絡いたします。