

月日	項目
5/9(月)	内科検診(高 1-2 1-3 中 3)
5/12(木)	内科検診(中 2 中 1)
5/13(金)	尿検査2次(1次未提出者 1次有所見者)
5/16(月)	内科検診(欠席者対象)
5/19(木)	歯科検診(欠席者対象)

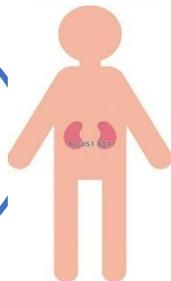
新学期が始まり、1カ月が経ちました。ゴールデンウィークは心と身体をしっかり休めることが、できたでしょうか。5月は『芸術鑑賞』『中間考査』『体育大会』と行事がたくさんあります。よく食べ、良く寝て、しっかりと体調管理をしましょう。「しんどいな」と思ったら、早めに休養することをおすすめします。ほけんだより5月号は「腎臓」についてです。毎年行われている尿検査は何のために行われているのでしょうか。

実はものすごく大事だった！ 「尿検査」

先日、尿検査1次検査を行いました。みなさんは、尿検査は何を調べるためにしているか知っていますか？
「なんだか面倒だし…いややな…」と思っている人もいるのではないのでしょうか？

なぜ尿検査をするの？

腎臓が病気になっていないか調べるためです。
(膀胱のことも分かります。)



腎臓ってどこにあるの？

腎臓は、そら豆のような形でにぎりこぶしぐらいの大きさです。左右に2つあり、腰の少し上の背中側にあります。

腎臓の役割は、とても重要ということがわかりましたね。この大切な腎臓を「正しく動かし続けること」そして異常が起きたら、「なるべく早く気付くこと」がとても大切なことです。

早く気づくには？ どうしたら？

腎臓は病気にかかっても「痛い」や「かゆい」などの症状がない臓器です。何も感じないため、病気を見逃してしまい、気づいたときには手遅れということになってしまいます。

だ・か・ら…

学校の「尿検査」はとても大切なのです
※1次未提出者の人は13(金)必ず提出してください

役割 1

尿のもとを作る！(いろいろなものを体から追い出す)
腎臓は血液の中で体に「必要なもの」と「必要のないもの」に仕分けをしてくれる臓器です。不要なものは、ぼうこうに運ばれ、尿として体から出ていきます。

役割 2

血圧を調節する！
腎臓は血圧を一定に保つホルモンを出します。

役割 4

体の中の体液の量、電解質のバランスを調整
体液量の調節がうまくいかなくなると、むくんだりします。また、電解質のバランスが崩れると、疲れや目まいなど体調が悪くなります。

役割 3

「血液をつくれ！」と指示をする司令官！
血液は、腎臓から出るホルモンの刺激を受けて、つくられます。司令官である腎臓にダメージがあると、血液が十分につくれず、貧血になることがあります。

役割 5

強い骨を作るために一役！
カルシウムを吸収するために、必要なビタミン D はそのままでは体に作用しません。腎臓で「ビタミン D を活性化」させてカルシウムを体に吸収させます。