

## にょうけんさのおしらせ

尿をとる日・提出する日は4月15日(水)です。

※忘れた人は、4月16日(木)にもってきてください。

※月経中の方は月経が終わって8日目になってから検査をし、予備日に出してください。  
(担任の先生または保健室の先生に予備日に出すことを教えてください。)

<けんさのやり方> 朝一番のおしっこをとります。

①おしっこをとる前の夜の寝る前におしっこにいきます。



②朝、おきたら、まずトイレにいきます。



③はじめに少しおしっこをだします。  
※尿道<おしっこの通り道>にたまっているおしっこを捨てるため。



④その後、残りのおしっこを白い容器にとります。



⑤白い容器にとったおしっこをポリ容器ですいあげます。



⑥ポリ容器のふたをしっかりしめてふくろにいれます。



おしっこをポリ容器に入れておきましょう。