



令和7年5月1日  
県立氷上特別支援学校  
保健室

4月、保健室からみなさんの様子を見ています、「失礼します!」「ありがとうございます」と礼儀正しく挨拶する声がたくさん聞こえてきました。これからも気持ちのいい挨拶をぜひ続けてください。

新学期から1ヶ月ほど経ちましたが、みなさんの心や身体の調子はどうですか？  
みなさんが笑顔で学校生活を送れるように、心や身体のことについていつでも保健室に相談しに来てください。



まい 日にち か らだ せい けつ  
毎日身体を清潔にしよう!

つめを切る



は みをみがく



お風呂に入る



はだぎを着る



本校では、毎月2回衛生検査を実施しています。「手足のつめの長さ」、「耳あか」、「歯みがき」を検査しています。日ごろから自分の身だしなみチェックする習慣をつけておきましょう。おすすめは、家を出る前に鏡で自分の身だしなみを確認してみることです。

5/13(火)・5/14(水)は

尿検査の提出日です!



## 尿検査について

### \*目的

尿中の「タンパク」「潜血」「糖」の有無を調べ、腎臓の病気や糖尿病などを早期に発見し、適切な治療や管理をするために検査します。

### \*注意すること

①

尿をとる前日の夜は、ビタミンCが多く含まれるジュースは控えるようにしましょう。  
就寝前にトイレを済ませてから寝るようにしましょう。



②

当日、朝一番の尿をとります。出始めの尿は少し流してから、中間の尿を検尿カップにとります。



### 保護者様

今回提出できなかった場合は6/4(水)が再提出日となりますので、よろしくお願いします。また、採尿日が生理日及びその前後1~2日であれば同様に6/4(水)の再提出日に提出お願いいたします。

尿の取り忘れや持って来るのを忘れないようにご家庭でも声を掛けてあげてください。

協力をお願いします

