

あした がつ にち  
明日、5月12日は

にようけんさ があります！



## ～にようけんさのなが流れ～

まえのひ

①ねるまえに、  
トイレに行く。

②おやすみなさい。



わすれない くふうが あります！



トイレのドアに  
はっておく。



まくらもとに  
おいておく。



おうちのひとに  
はなしておく。

とうじつ  
当日

①おきたら、トイレへいき  
おしっこをかみコップにとる。  
(最初に すこし出してから)

②スピッツ管にとった  
おしっこをいれる。



③カチッというまで  
ふたをしめる。

カチッ

④ビニールぶくろに  
入れて、かばんに  
いれよう！



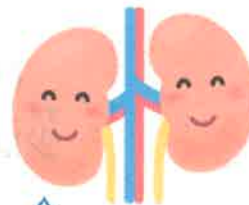
にようけんさ…おしっこを調べ、じんぞうに病気がないか、おしっこの中に「たんぱく」「とう」「けつえき」がふくまれていないかを調べます。

「にようけんさ」では、ねむっている間に作られたおしっこをつかいます。

古いおしっこが残らないように、今日の夜はおしっこをしてから ねるようにしましょう。

けんさをして、おしっこの中にたんぱくなどがふくまれていたら、別の日(6月2日)にもう一度けんさをします。

じんぞう



24じかん  
はたらいて  
いるよ。

## ○にようけんさで使うもの○

ふたは、  
カチッ  
いうまで  
しめてね。



スピッツ管  
(なまえシールつき)



ビニールぶくろ



かみコップ

さき  
先をすこし  
とがらせると  
スピッツ管に  
入れやすいよ。

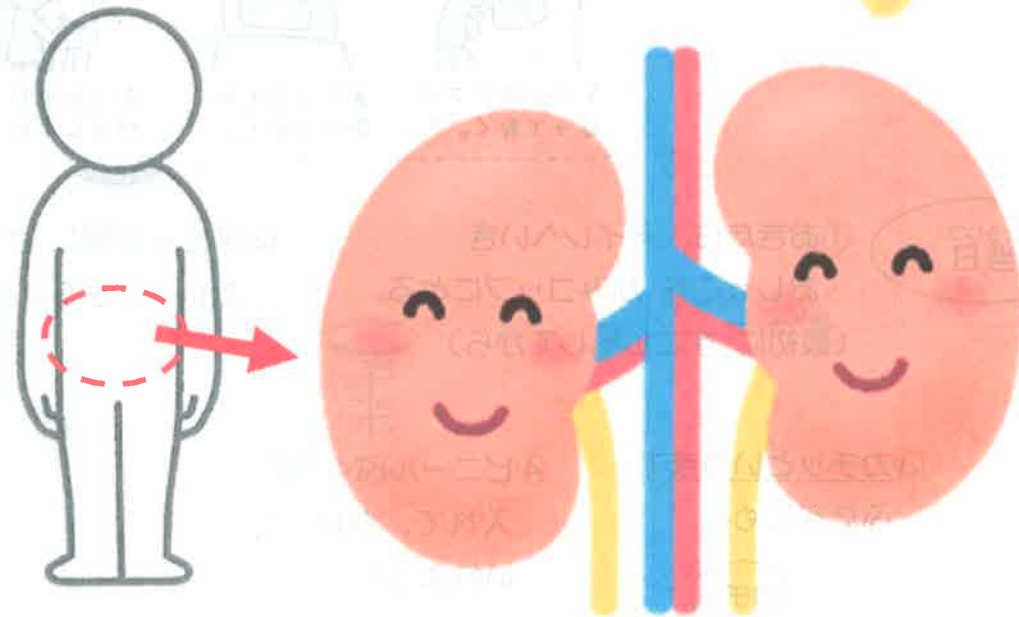
スピッツ管と、コップの  
入っていたぶくろに、おしっこを入れた  
スピッツ管をいれてね。

がっこう 学校にきたら、げんかん前にもってきてください。

# 「じんぞう」のはたらき。

にようけんさでは、おしっこを調べることによって、みなさんの「じんぞう」がきちんとはらだいて  
いるかを調べます。「じんぞう」って何をしている場所か知っていますか？

ぼくたちは「じんぞう」。  
みんなの体が「いつも通り」「元気に」うごくように  
5つの仕事をしているよ。  
だいたい「こし」のあたりに、ふたつあります。  
あまり自立たないけれど、大切な場所だから、やさしくしてね。



おおきさは、だいたいグーとおなじおおきさ。  
おもっていたより大きいかな？小さいかな？

## おしごと1

けつえきの<sup>なか</sup>中の、いらないものを<sup>からだ</sup>体の外に出したり、  
<sup>ひつよう</sup>必要なものを<sup>からだ</sup>体にためたりする。



## おしごと2

けっかんの<sup>なか</sup>中のけつえきの<sup>りよう</sup>量を、多くしたり、  
<sup>すく</sup>少なくしたりしています。



## おしごと3

じんぞうが<sup>た</sup>めいれいを出し、けつえきを<sup>つく</sup>作ります。



## おしごと4

<sup>からだ</sup>体の中の<sup>なかに</sup>水分の<sup>すいぶん</sup>量を<sup>りよう</sup>調節したり、<sup>ちようせつ</sup>つかれやいらいらを  
<sup>ふせ</sup>防いだりします。



## おしごと5

<sup>かる</sup>カルシウムをたくさん<sup>しうむ</sup>ためてくれる「<sup>でい</sup>ビタミンD」を作り、  
<sup>つよ</sup>強い<sup>つく</sup>ほねを作ります。

