



一週間が過ぎました

学校が始まって一週間が過ぎました。1年生は登下校になれたかな？小学校と違い荷物の重さに疲れは出ていませんか？2年生は新しい教室の景色はどうですか？3階と2階では朝の光も夕日も見え方が違うよね。3年生はいよいよ最高学年。高中魂を後輩につなげるという役割に身の引き締まる思いでいるかな。けやきは新しい仲間緊張しているかも。どんなときでも新しい何かが始まる時は「心がゆらぎ」ます。緊張もワクワクもみんなを成長させてくれる大事な感情。『新しい』をたくさん感じてください。始業式・入学式には見られなかった表情がもう変わり始めましたよ！！



尿検査について

毎年行われている尿検査。朝一番の尿を取るの大変。苦手な人もいるでしょう。はっきり言ってちょっと面倒だなあ~とってしまう人もいるかもしれない。私も尿検査大好き~なんて人に会ったことはない。では、なぜ尿検査を毎年するのでしょうか。



まずは尿が出る仕組みを確認しましょう。

① 心臓から送り出される約20%の血液は腎臓へ送られます。



② 腎臓の中の（動脈が枝分かれした）「糸球体」という細い毛玉状により血液を濾過して必要なものを再吸収し、ここで不要となったものは尿へと排泄されます。



③ 「糸球体」に炎症がおきていたり、傷ついたりすると必要なものが再吸収されずにタンパク質や赤血球が尿に漏れてしまう。



○タンパク尿

○血尿

○生理的なもの

(尿が泡立つ)

(茶色っぽく、または赤っぽく)

(無症候性のもの)

★タンパク尿と血尿が同等程度出ていると腎炎、タンパク質が多く出ているとネフローゼ症候群や腎不全、血尿は腎尿路結石（腎臓から尿路の間に石ができる病気）が疑われます。また上記以外に突発性腎出血というもので赤い尿が出ますが、腎臓の機能は正常で自覚症状はありません。



朝起きて



最初の尿をとってください



中学生の5~10%の人が尿検査で慢性腎疾患（その中の70%がIgA腎症といい、免疫グロブリンが体の中に入った異物を認識して免疫の働きができず腎臓機能を低下させ、ひどくなると将来人工透析が必要になる慢性糸球体腎炎の一つ）が最も多く見つかります。腎臓は大きな臓器ではないですが、血液と密接な関係があり、皆さんの成長と健康にとって重要な働きをしています。小さな尿検査ではなく、将来にかかわった検査です。健康維持のために、全員提出を目標に頑張りましょう。

