じんぞう（腎臓）とは：学童用【読み原稿】

ページ1

今日は、腎臓とその働きについてお話しします。

それと、おしっこの検査は、病気を早く見つけるためにとっても大切だよっていうお話をします。

ページ2

腎臓という臓器は、みんなの体の中にあって、背中の腰のあたりに左右に1個ずつあります。

とうことで、みんなは腎臓を2つずつ体の中にもっています。

ページ3

大きさは、みんなのにぎりこぶしぐらいの大きさです。

形は、イラストみたいにそら豆みたいな形をしています。

ページ4

左右の腎臓は、左右の尿管にそれぞれつながっていて、左右の尿管は膀胱につながっています。みんなのおしっこは膀胱から体の外に出ています。

ページ5

次に腎臓の働きについてお話します。

腎臓はとっても働きものですよ！

ページ6

腎臓には4つの大切な働きがあります。

1番目、血圧を整える

2番目、体のバランスを整える

3番目、ホルモンを作る

4番目、尿、おしっこを作る

です。ひとつひとつを詳しく説明していきますね。

ページ7

まず、1番目は、血圧を整えます。

おうちで、お父さんやお母さん、おじいちゃんやおばあちゃんが血圧計で血圧をはかるところをみたことがありますか？腎臓は、血圧が高くならないように働いています。血圧が高くなると、心臓が悪くなって、病気になります。

ページ8

2番目は、体のバランスを整えます。

みんなが、夏の暑い日に汗をたくさんかいたら、おしっこの量が減ったり、濃くなったりしますね。

それによって、体の水分が外に出ないようにしています。

また、みんなが、たくさんお水を飲んだら、薄い色のおしっこがたくさん出ますね。

それによって、体の中からおしっことして、体の水分が出るようにしています。

腎臓は、体の中の水分の量をいつも同じにするように働いています。

体の中の水分の量が、急に増えたり、急に減ったりすると、みんなの体がしんどくなるからです。

ページ9

3番目は、ホルモンを作ります。

腎臓は、血を増やしたり、骨を強くしたりするホルモンをつくる働きをしています。腎臓が働かなくなると、貧血になったり、身長が伸びなくなったりします。

ページ10

4番目は、尿（おしっこ）を作ります。

腎臓の働きの中で、一番大切な働きは、もちろんおしっこを作ることです。

ページ11

では、腎臓はどのようにおしっこを作るのでしょうか？

ページ12

腎臓は、血の中から体に「いるもの」と「いらないもの」を分けて、おしっこを作ります。

ページ13

まずは、腎臓の中に、体に「いるもの」と「いらないもの」が混じった血が心臓から送られてきます。

腎臓の中で、「いるもの」は体に残って、「いらないもの」はおしっこになって体の外に出ていきます。

腎臓からは、「いるもの」だけになった血が、体や心臓に戻ります。

そのため、おしっこには体に「いらないもの」がいっぱい入っています。

ページ14

そのため、もしおしっこが出なくなると、体に「いらないもの」がたくさんたまることになります。

ページ15

体に「いらないもの」がたまると、気づかないうちに病気になります。

病気になったら、学校を休むことになったり、大変なことになるかもしれません。

ページ16

そのため、学校では、1年に1回、みんなの腎臓が体に「いるもの」と「いらないもの」をちゃんと分けているかを調べています。朝とったおしっこを学校に持ってくる日がありますね。

ページ17

それが、学校検尿です！

ページ18

検尿、おしっこの検査は、病気を早く見つけるためにとても大切な検査です！

みんなが勉強したり、遊んだりするには、病気にかからず、健康であることが一番です。

毎年、必ず検査を受けましょう！

以上です。

今日は、腎臓とその働きについてお話ししました。

それと、おしっこの検査は、病気を早く見つけるためにとっても大切だよっていうお話をしました。