

身体のセルフチェック～あなたの病気のコントロールに～



尿検査 結果記録シート



病気の進行を防ぐためには、定期的な受診と合わせて自己管理が大切です。
ご自身の健康状態を家庭で把握するために、尿糖・尿たん白検査用試験紙
(テストテープ) を使って尿検査を行ってください。

このシートは結果の記録にご活用ください。

※尿糖・尿たん白検査用試験紙 (テストテープ) の詳しい使用方法に
ついては、箱の中に入っている説明書をご覧ください。

※ご家庭での検査の結果を医療機関受診の際に持参いただき、
主治医の指示にしたがってください。

《記入例》

令和		●	年	●	月	●	日
尿たん白					体調やご自身の気づきなどを ご記入ください		
—	⊕	+	++	+++	昨夜はあまり眠れなかった		
尿糖							
⊖	±	+	++				

検査を行った日付を
記入してください

テストテープを使って尿検査を行い、
「尿たん白」と「尿糖」の
それぞれの結果に
○をつけてください

当日の体調など、
ご自身で気になることが
あれば
ご記入ください

① 令和					年	月	日
尿たん白					体調やご自身の気づきなどをご記入ください		
—	±	+	++	+++			
尿糖							
—	±	+	++				

② 令和					年	月	日
尿たん白					体調やご自身の気づきなどをご記入ください		
—	±	+	++	+++			
尿糖							
—	±	+	++				

③ 令和					年	月	日
尿たん白					体調やご自身の気づきなどをご記入ください		
—	±	+	++	+++			
尿糖							
—	±	+	++				

④ 令和					年	月	日
尿たん白					体調やご自身の気づきなどをご記入ください		
—	±	+	++	+++			
尿糖							
—	±	+	++				

⑤ 令和					年	月	日
尿たん白					体調やご自身の気づきなどをご記入ください		
—	±	+	++	+++			
尿糖							
—	±	+	++				

⑥ 令和					年	月	日
尿たん白					体調やご自身の気づきなどをご記入ください		
—	±	+	++	+++			
尿糖							
—	±	+	++				

⑦ 令和					年	月	日
尿たん白					体調やご自身の気づきなどをご記入ください		
—	±	+	++	+++			
尿糖							
—	±	+	++				

⑧ 令和					年	月	日
尿たん白					体調やご自身の気づきなどをご記入ください		
—	±	+	++	+++			
尿糖							
—	±	+	++				

⑨ 令和					年	月	日
尿たん白					体調やご自身の気づきなどをご記入ください		
—	±	+	++	+++			
尿糖							
—	±	+	++				

⑩ 令和					年	月	日
尿たん白					体調やご自身の気づきなどをご記入ください		
—	±	+	++	+++			
尿糖							
—	±	+	++				

受けよう！特定健診

年に1回、特定健診を受診しましょう

通院・治療をしている方も
特定健診の対象となります！



- ◆健診では、動脈硬化症や脂質異常症、肝硬変や高血圧症など20以上の病気のリスクがわかります。通院・治療をしている方も、ご自身の身体の状態について確認することはとても大切です。
- ◆次年度以降も年に1回特定健診を受けましょう。