

5月

# 保健だよ!

1年生

2021.5.21(金)  
宝達中保健室



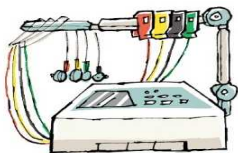
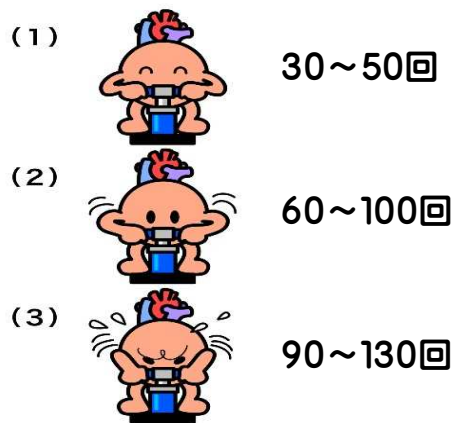
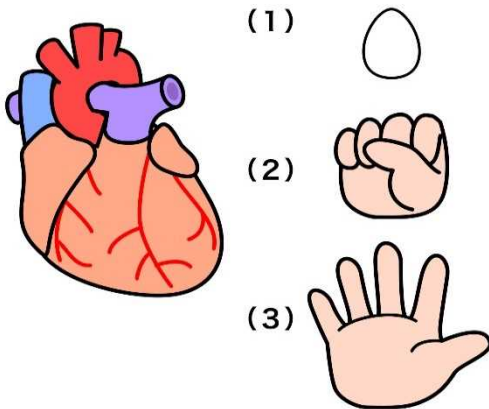
## 5月24日(月)13:30~心臓検診

### 【保護者の皆様へ】

検査機関の予防医学協会様より、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、検診当日の間診票の記入協力をお願いがきております。本日、検診当日の間診票を持ち帰りましたので、月曜日の朝間診票を記入し、忘れずに学校に持たせてください。間診票忘れや記入もれがあった場合は、今回の心臓検診は受診できませんのでくれぐれもご注意ください。よろしくお願いいたします。

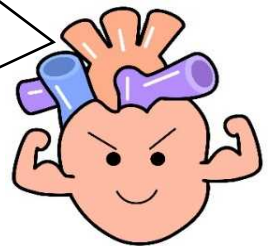
### 【心臓クイズにチャレンジ】

1. 心臓の大きさに近いものはどれ?      2. 心臓は1分間に何回動いているでしょう?



### 【病気なのかがどうして この機械からわかるの?】

心臓の筋肉が縮む時に、微細な電流が発生します。  
その現象を記録するのがこの心電図計。  
電流のリズムに乱れがないかをチェックする機械です。  
この機械を使って、心臓に病気がないかを調べます。  
異常が見つかって、元気に過ごすためにどうすればよいかを  
医師と相談するために必要な検査です。

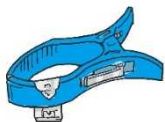


内科検診での聴診器では、心臓が動く音に雑音が入っていないか、リズムに乱れがないかを確認しています。  
内科検診と心電図検査の2つの検査でみなさんの心臓が元気なのか確かめています。  
そのくらい、心臓は私たちにとって大切な臓器です。

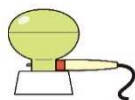
# 心臓検診（心電図検査）の正しい受け方

この検診は、ベッドに寝て「動かない」「話をしない」「笑わない」「力を入れない」でじっ～としていると1～2分で終わります。注意事項をしっかりと守って、上手に受けましょう！

1. 男子は上着，女子は上着とスカート，男女とも内履きズックと靴下を教室で脱いで，朝学活で配布された自分の心臓検診調査票を持ちます。
2. 1階多目的スペースの手洗い場で手洗いをし，マルチルーム前で検温をしてから各検査場所に行きます。（男子：3階会議室，女子：保健室）
3. 検査場所には，7名ずつ入ります。その他の生徒は，廊下で1m離れて待ちます。
4. 検査場所では，出席番号順に並んで座ります。検査時もマスク着用です。
5. 男女とも上半身裸です。男子は，ズボンのすそを2～3回折り曲げます。
6. 前の人が終わったらすぐに，心臓検診調査票を持ってベッドの前へ行きます。
7. ベッドの前で名前を言って，検査の方に心臓検診調査票を渡します。  
「宝達 太郎 です。よろしくお願いします。」
8. ベッドに上がって，上を向いて寝転がります。  
「動かない」「話をしない」「笑わない」「力を入れない」
9. しばらくしたら，検査の方の合図で，息を止めます。
10. 検査が終わったら，お礼を言ってベッドから降ります。
11. 服を着たら静かに教室に戻ります。



クリップを，両手の手首・両足の足首に計4個つけます。



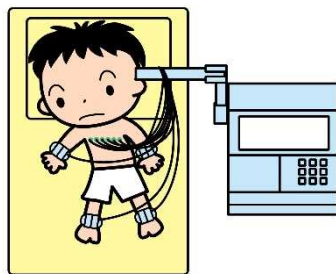
この吸盤を，胸に6個つけます。

## 心電図検査のNG行動

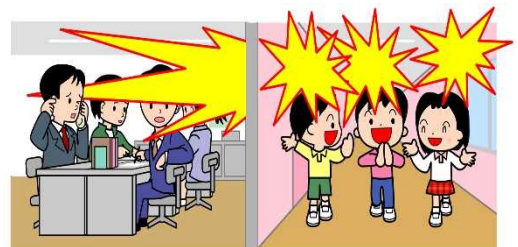
①待っている間に  
おしゃべり



②器具をつけたまま  
ゴロゴロと動く



③検診場所と教室の移動中に  
にぎやかにおしゃべり



**検査場所への移動は静かに！待機・検査場所では静かに待つ！**

〈クイズの答え〉 ① - (2) にぎりこぶしぐらいの大きさ ② - (2) 60～100回