

すくすく



札幌市立元町小学校

保健教育資料

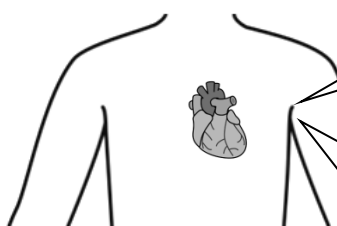
2026年9月30日

心臓検診号（1年生）

あした10月1日（木）は、しんぞうけんしんです

しんぞうがげんきにうごいているか、びょうきがないかどうかをしらべます。

「しんぞう」って？



むねの まんなかより、すこしひだりがわにあるよ。
グーにした て くらいのおおきさだよ。



てをあててみよう！

しんぞうが「どくっ、どくっ」と うごいているのが わかるよ。
からだじゅうに“ち”を おくるたいせつなはたらきを しているよ。

けんさのうけかた

じゅんび

- ・うへのふくはしまいになる。
 - ・くつをぬぐ。あしくびがでるように、ズボンのすそをおる。
- ※くつしたは、はいたままです。ただし、あしくびがみえるようにしましょう。

Tシャツ1まい、または、
したぎ1まいになりましょう。

じゅんばんがきたら…

- ①ベッドにあがるまえに、なまえをつたえる。
- ②おへそをうえにして、ベッドにねる。
- ③むねにきゅうばんのようなものがつく。てくびとあしくびに、クリップのようなものがつく。
- ④けんさのあいだ、からだのちからをぬき、じっとして、けんさのひとのいうとおりにする。



いたくありません♪
じっとしていたら、あっと
いうまにおわりますよ。

保護者の皆様へ

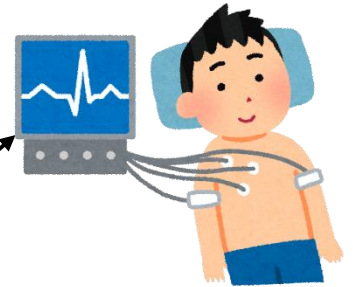
- ・上半身はTシャツ1枚、または肌着のシャツ1枚で受けます。脱ぎ着のしやすいジャージなどを着てください。※足首の出ないタイツや、上下がつながっている服（つながぎやワンピース）は避けてください。
- ・前日は入浴をして、体を清潔にしましょう。
- ・検査結果は精密検査が必要なお子さんのみ、後日、御連絡します。
- ・検査日に欠席の場合は、冬休み中に検査機関で検査を受けることができます。また別途お知らせします。

心臓検診とは

心臓は「心筋」とよばれる筋肉からできています。「心筋」は自発的に微量の電気を発生させて、心臓全体に電気を伝わせて心臓を動かしています。

心電図は、体表面からこの微量の電気を測定し、心臓の病気がないか、規則正しいリズムで動いているかを調べます。

【記録したものは波形として現れます。】



年齢と脈拍（回/分）

乳児	110～130
小学生	80～90
成人男性	65～70
成人女性	70～80

脈拍のはかり方

親指の内側（動脈）に人差し指・中指・薬指の3本の指を当て、一分間の脈拍を数えます。

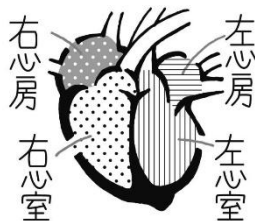


心臓検診でみつける病気例

脚ブロック



左右に分かれている心臓の部屋への信号（電気の流れ）がうまく伝わっていない状態です。右心室への信号が伝わりにくいことを右脚ブロック、左心室へ伝わりにくいことを左脚ブロックといいます。;



期外収縮



心臓を動かす電気のリズム（＝脈）の異常によって起こります。脈が飛んだように感じたり、胸の不快感や動悸、目まいなどの症状があることもあります。



弁膜症



心臓には、血液の逆流を防ぐために4つの弁膜があり、この弁膜が正常に働かなくなる病気です。動悸や息切れ、疲れやすいなどの症状があります。

