

ほいけんだよ！

令和7年5月15日(木)発行
札幌市立札幌中学校 保健室
(1年生対象)

5/16(金)は心臓検診を行います！

心臓検診は、心臓が正常に機能し安全な学校生活が送れるかを調べる、とても大切な検査です。検査を受けるときの注意を守り、きちんと調べてもらいましょう！検診について不安がある人は、相談してください。

○時 間 9:30～

朝練なしです！

○会 場 格技室

○服 装 ジャージ登校

・下は、ジャージとハーフパンツどちらでもOK
・靴下は、くるぶしまでの短いものがおすすめ！

○開始予定時刻



① 9時30分	② 10時00分	③ 10時10分	④ 10時40分	⑤ 11時10分
1-4	1-6	1-2	1-1	1-3
男子→女子	女子→男子	男子→女子	女子→男子	男子→女子



検査の流れと注意すること



1 朝学活で心臓検診の事前調査票を受け取る

2 静かに過ごす

検査終了までの休み時間は、トイレと水飲み以外は教室で静かに過ごす。

3 順番が来たら速やかに行動する

- ①心臓検診の事前調査票を持つ。
- ②出席番号順に廊下に整列する。(男女別)
- ③静かに会場に移動する。

ハーフパンツを着用している人は、そのままでOK

4 会場に着いたら検査の準備をする

- ①上半身は、下着とTシャツを脱いでジャージ1枚になり、袖をまくる。
下半身は、ジャージの裾をふくらはぎまでまくり、靴下を足首まで下げる。
- ②上靴を脱ぐ。
- ③心臓検診の事前調査票を用意して並び。

上靴には必ず名前を書いておきましょう！

5 検査を受ける

- ①検査をしてくださる方に自分の名前を伝え、心臓検診の事前調査票を渡す。
- ②ベッドに横たわる。

胸や足首に電極をつけます。少し冷たいかもしれませんが、しゃべったり笑ったりすると何度もやり直すことになります。眠るような気分でリラックスしましょう！

6 着替えたら教室に戻る