

ほけんだより5月



健康診断特別号
1年生

札幌市立手稲西中学校

2025/05/27 保健室

明日28日(水)は 心臓検診です

【自宅での準備】

☆明日はジャージ登校です。

☆ベッド(机)に仰向けで寝て行ぐ検査です。

普段髪の毛を結んでいる人は、じゃまにならないように、頭の横で髪を結んでおきましょう。

☆検査の時は、Tシャツ・上半身の肌着を脱ぐことになります。衣類の取り違えがないように、名前が書いてあるか確認しておきましょう。

上のジャージは検診の際、上半身にはおるので必要です。当日暑くても上のジャージは忘れない!下はジャージでもハーフパンツでもOKです。

【当日の流れ】

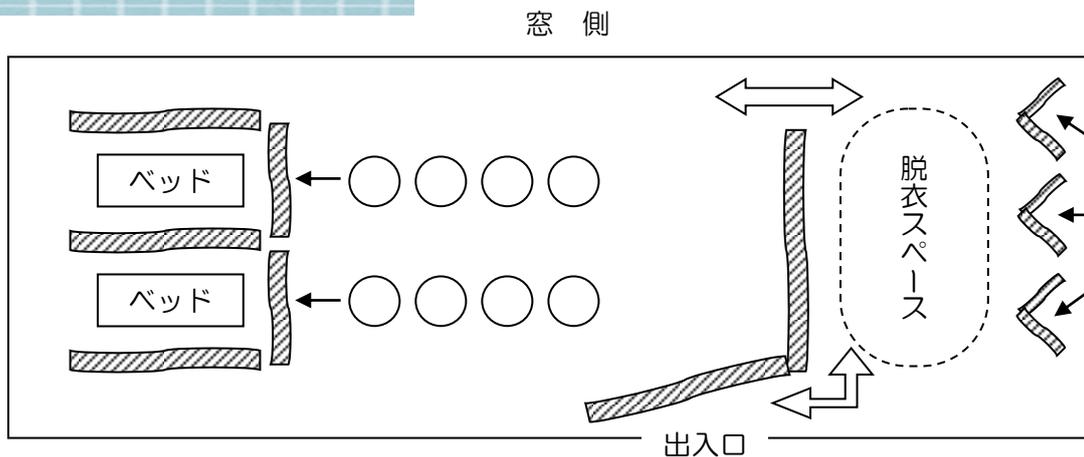
- ①検診は5・6時間目に行います。昼休みの激しい遊びは控えてください。
- ②連絡がきたら、出席番号順に整列して、1階被服室に移動します。最初は女子から行きます。
- ③会場で、先生から心臓検診事前調査票を受け取ります。必ず名前を確認してください。
- ④服装の準備をします。

上 → ジャージの中に着ているTシャツや肌着などをすべて脱ぐ。
ジャージだけを着て、そでをまくり、手首を出す。(時計は外す)
下 → ジャージのすそをまくり、靴下を足首までおろす。靴を脱ぐ。

⑤服装の準備ができた人から、下の図の通りに並んで検診を受けます。

⑥検診が終わった人から、服装を整えて教室に戻ります。友人を待たず、各自静かに戻しましょう。

会場図 (1階被服室)



脱衣時、必要な人はこの個別ブースを使えます

心臓検診の受け方

①ベッドに横になる。



②手首・足首・胸に器具をつけてもらう。



③ダラーンと力をぬいて動かない。



検査の後、この器具の跡(吸盤のような跡)が残りますが、じきに消えます。

びりびりしたり、痛かったりすることは全くないので安心して検査を受けてください。

ゆったりとした気持ちになって、鼓動が安定しないと測定を始められません。会場内が騒がしいと、検査を受けている人の気持ちが落ち着かなくなってしまうので、待機している人は静かに待っていてください。また、心電図の機械はまわりの音や振動に敏感に反応します。

会場内では、できるだけ音をたてず、振動もおこさない！

検査が始まったら、もう動きません。

指先や足先も動かさず、力を抜いて、

ゆったりとした気持ちで横になっていましょう。

*** 保護者の皆様へ * * * * ***

今回の心臓検診も含め、健康診断の結果のお知らせは、「さらに詳しい検査が必要である」と判定されたお子様のみ、文書にてお知らせをしています。(視力検査・歯科検診・色覚検査のみ受検者全員に結果をお知らせしています。) 特に連絡がなければ、異常がなかったということですので、御了解ください。

また、心臓検診当日に欠席されたお子さんについては、夏休み又は冬休み中にもう一度検診を受ける機会が設定されます。会場は指定された医療機関です。こちらについては、日程が決まり次第お知らせいたします。