

ヘルシーウェイ

Hello, how are you doing?
R7. 4. 9
幸田中学校 保健室
特別号
Hello, how are you doing?

心電図検査（1年生対象）

4月11日（金）13：30～

予備日：4月23日（水）13：30～

問診票提出日：4月10日厳守

記入漏れにお気
をつけください

場 所 図書室

服 装 体操服（半そで、ハーフパンツ、
裸足）

※ 検査時は、上半身は胸が出るよう
にします。

持ち物 必要な人は、上半身の目隠し用
のタオル（フェイスタオルなど）
を持参してください。

※以前は、女子生徒は上半身に、医師会持参
の目隠し用のタオルをかぶせて実施してい
ました。しかし、近年の感染症予防として、
タオルの使いまわしを避けるため、医師会
からの目隠し用タオルの用意がありません。
そのため、必要な生徒は、目隠し用のタオル
を各自で用意するようお願いします。

心電図検査を正しく受けるポイント

- ① 直前に、走ったり、運動をしたりしない。
- ② まずはリラックスする。
手首・足首・心臓のまわりに器具をつけて検査を
し
ます。痛みやビリビリすることはありません。安
心
してください。
- ③ 目を閉じて、静かに寝てください。息も普通にし
ていいです。
- ④ 待っている人は、しゃべったり、話したりせずに、
静かにしましょう。

心臓は、胸のほぼ真ん中（やや左より）にあり、
血液を送り出すポンプの働きをしています。

酸素や栄養分を含んだ血液（動脈血）を送り出し、
体中を回って、二酸化炭素や老廃物を回収した血液
（静脈血）を肺に送ります。

肺で、二酸化炭素を捨てて、酸素を取り入れたさ
れいな血液を心臓にもどし、また、体中に送り出し
ます。

～心臓の動きに

異常がないか調べます～

運動したり、学校生活を送ったりする
上で、差しさわりのある心臓の病気や突然
死を起こすような危険な不整脈がないかど
うか調べます。

心臓が血液を送り出すために収縮すると、
体の中を弱い電流が流れます。心電図検査
では、体の何力所かに電極をはりつけて電

1年生のみなさん、中学校はどうですか？

学校、クラス、先生、友だち・・・まわりの様子が、小学
校の時とは、大きく変わりましたね。そんな時は、知らず知
らずのうちに緊張して疲れやすいものです。

- ①肩こりがひどい
- ②食欲がない
- ③体がだるい
- ④イライラしやすい
- ⑤寝つきが悪い
- ⑥目が疲れやすい
- ⑦体がかゆくなる など

あてはまるものが多い人は、少々疲れ気味です。好きな音
楽を聴いたり、早めに布団に入ったりなど、リフレッシュと
休養をとりながら、明日からも、元気に登校しましょう。

流の流れを調べることで、心臓の働きに異常がないかをみます。