

## 1年生のみなさんは、5月14日（金）に 心臓病検診(心電図検査)があります。

- ★ 午前9時00分から職員玄関前の検診車で心電図検査をします。
- ★ 順番は、1組→6組 男女別の出席番号順で受けます。
- ★ 服装は、上半身は素肌に体育着1枚のみ。長袖の場合は袖をまくって手首を出します。  
下半身は体育着にはだし。長ズボンの場合はまくって足首を出します。  
※女子は着替えを入れる袋やサブバックを被服室に持ってきてきましょう。
- ★ 朝登校後すぐに体育着に着替えておきます。
- ★ 時計やピンなどの金属製の物ははずしておいてください。
- ★ 検査結果に影響しますので、休み時間は**教室で静かに過ごしましょう**。
- ★ 心臓病検診の日に欠席をした場合には、後日保護者とともに検診センターで検査を受けることとなります。なるべく欠席をしないようにしましょう。

### 心電図検査ってなあに？

心電図検査では、心臓の動きや様子を調べます。  
次の注意を読んで、正しく検査を受けましょう。

#### 心電図検査の受け方



- ① はだしになって、ベッドに横になります。
- ② 胸、手、足首に器具をつけてもらいます。
- ③ 検査中は、体の力を抜いて、リラックスしましょう。  
(緊張していると、正確に検査することができません)

#### こんなことに注意しよう

- 検査を受ける前のアンケートは、正確に書きましょう。
- 検査の前に、走ったり激しい運動をしたりしてはいけません。
- ベッドはカーテンなどで仕切り、上半身にタオルをかけます。脱いだり着たりしやすい体操服に着替えます。
- 順番を待っているときは、静かにしましょう。



入学して約1カ月が経過しました。1年生の皆さん、中学校生活には慣れてきましたか？部活動も始まり、授業も小学校と比べると難しくなってきた、そろそろ心と体に疲れが出てくる頃かもしれません。

心と体が元気でないと、すべてが思うようにいきません。忙しいと思う時こそ**早寝・早起き・朝ごはんの生活リズム**を大切にしましょうね。

