



令和7年5月1日  
狛江市立狛江第二中学校  
保健室  
1年生特別号

## 心臓検診のお知らせ

心臓検診では、心臓が正常に動いているか、異常がないかを調べる検査を行います。学校生活を健康に過ごすための大切な検査です。正確な検査が行えるよう、お知らせをよく読んでください。わからないことや心配なことがある人は保健室まで聞きに来てください。当日の検診前でも大丈夫です。

- ・日時 5月2日(金)午後
- ・会場 第二多目的室(男女入れ替え)
- ・服装 体育着登校(半袖・短パンを必ず着用)

※検査時に必要なので、長袖ジャージを持参してください。

登校時・授業中は、長袖・長ズボンのジャージを着用しても構いません。

気温の寒暖差や教室の換気があるので、各自で調整してください。

## 検査について

検査は<sup>しんでんずけんさ</sup>心電図検査と<sup>しんおんずけんさ</sup>心音図検査の2つを同時に行います。

自分の順番がきたら、検査用のベッドに横になり、上半身裸で検査を行います。

検査を行うスタッフが、手首と足首、胸、脇腹に検査の器具を装着します。

検査を開始したら、検査の途中で「息を吸って～、吐いて～、止める」と合図があります。

スタッフの方の声に合わせて呼吸しましょう。

＼検診中は横になります／



＼他の人の検診中は静かに待とう／



## 1年生のみなさんへ

中学校での新しい生活を楽しく過ごせているでしょうか。新しい環境に慣れるまでの時間は人それぞれ違います。「中学校は楽しい！」と毎日元気に過ごしている人も、「も～体が動かない」とぐったり疲れている人もいると思います。そんなときは、無理をせずにゆっくり休むようにしましょう。お風呂にゆっくり入ったり、好きな音楽を聴いたり。自分に合ったリラックス方法でのんびりしましょう。

小さなことでも気になることがあったら、保健室にも顔をのぞかせてください♪

