

ほけんたより

No.3 2025年 4月 14日

総社市立
総社中学校
保健室

心臓検診 (心音・心電図検査)



日程と学年

4月15日(木):1年生のみ 13:30~15:00予定

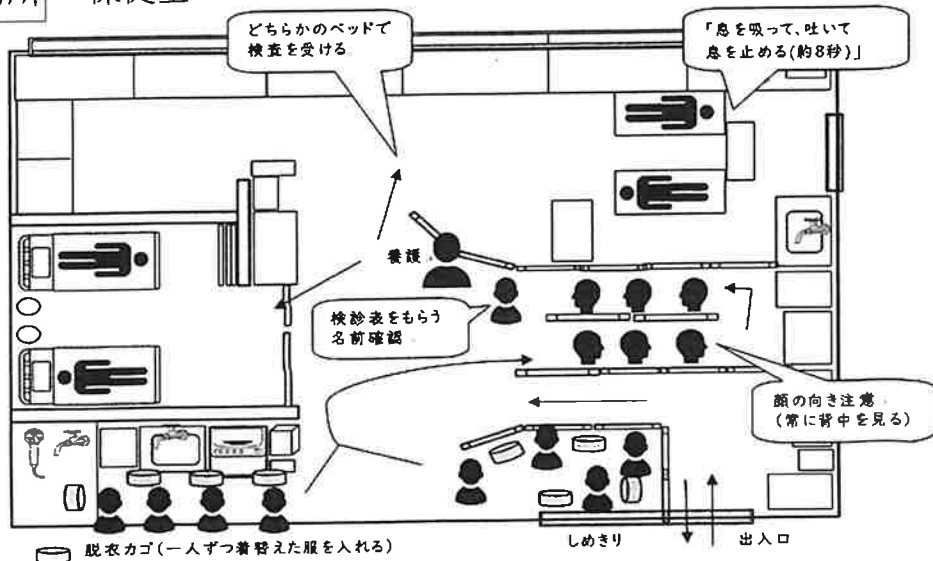
検査を受ける順番

IA男子→IA女子→IB女子→IB男子→IC男子→IC女子

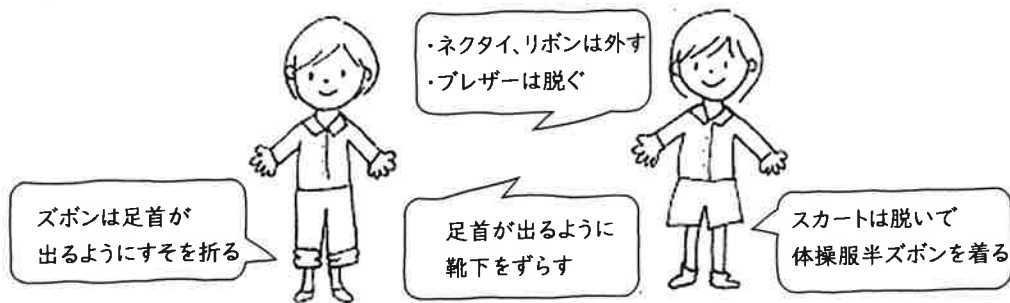
*男女の境目は、総入れ替え

IA男子は 13:25 までに、保健室前に整列する。

検査場所 保健室



服装 保健室には下記の服装で来る(ブレザー等は教室に置いてくる)

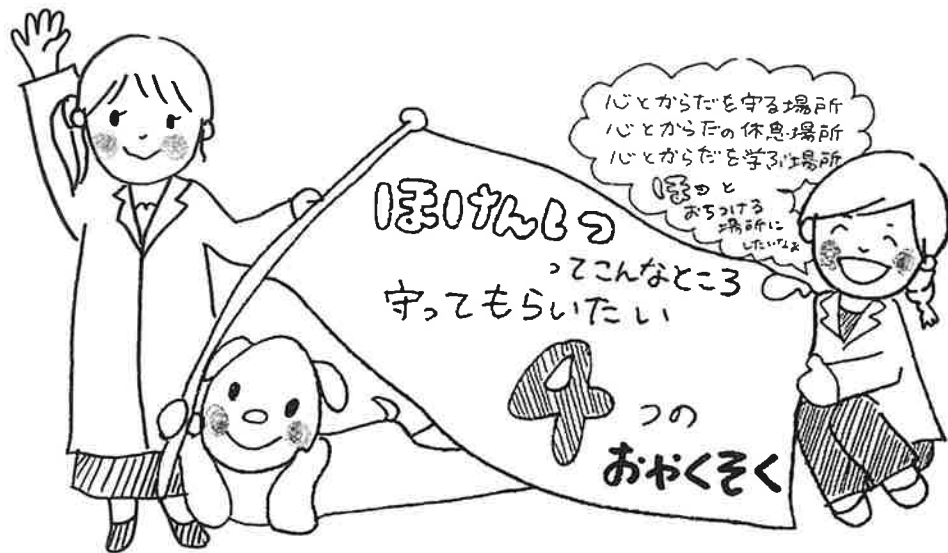


検査の受け方

- ①保健室内で上の服を脱いで、検診のできる服装になります。
- ②ベッドに横になり、胸・手首・足首に電極パッドやクリップをつけてもらいます。
- ③検診をしてくださる先生が「息を吸って、吐いて、息を止めて」と言うので、そのまま8秒ほど息を止めてじっと動かず待ちます。
- ④「息を吸っていいですよ」と言われたら息をしましょう。
- ⑤検診が終わったら、自分が使った脱衣カゴでさっと着替えて教室へ帰ります。

注意事項

- 会場の中はもちろん、ろうかでも静かにしましょう。足音も響くので要注意です。
- 検診前に検診票を渡します。検診票はベッドで検診をしてくださる先生に渡します。
あいさつと、自分の名前を言うのを忘れないようにしましょう。
- たくさん機械を身体に付けますがリラックスして受けましょう。



👂 保健室を利用するときは先生に言ってから。

- ・ 次の教科の先生、または学年の先生に伝えてから来室してください。
- ・ 友達に伝言を頼まずに、自分で教科または学年の先生に伝えてから来室してください。
- ・ 緊急のけがや、ちょっと用事、身長測りたい…なんて時は先生に言わずに来室してもOKです。

👂 保健室で休めるのは原則 1 時間です。

- ・ 1 時間休んでもよくなる時は、おうちに帰ってゆっくり休みましょう。
- ・ 保健室の先生や学年の先生の判断で特別な場合もあります。

👂 1 時間目と 6 時間目は原則休めません。

- ・ 朝しんどいけど頑張ってきた…でももう無理…となった時は、朝から保健室で休むよりお家で 1 日ゆっくり過ごしましょう。
- ・ 6 時間目無理をして保健室で休むよりも、そのままお家でゆっくり休みましょう。

👂 保健室で休んだら、原則、部活もお休みしましょう。

- ・ 体調が悪いときは無理しないほうがいいですよ。顧問の先生とよく相談してください。

👤	内科	友野 雅人先生 (友野内科医院)
👤	眼科	杉本 学先生 (すぎもと眼科医院)
👤	耳鼻科	服部 央先生 (絵社みみ・はな・のびクリニック)
👤	歯科	田邊 和宗先生 (タナベ歯科医院)
👤	薬剤師	吉田 和司先生 (吉田薬局リブ店)

みなさんが元気に学校生活を送れるように支えてくださっている学校医の先生方です。
 検診でお会いしたときは「こんにちは。」
 「よろしくお願いします。」「ありがとうございました。」など
 しっかり元気な声で挨拶しましょう。

