

# 保健だより

No3

令和2年 4月20日(月)  
青森中央高等学校保健室

## 4月24日(金)は心電図検診です!

**検査日** 4月24日(金) 9:00~

**対象** 1年生全員

**場所** 会議室(家庭科棟2階)

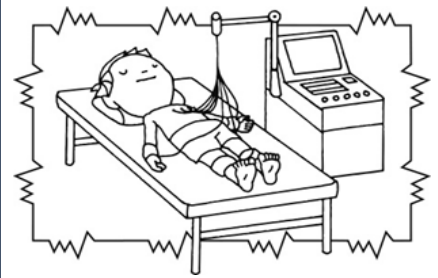
**準備** ①ジャージと半袖Tシャツ(何でも良い)を持参。  
②制服で登校した人は、ジャージとTシャツに着替えておく。

### 検査時の服装

**男子** ・検査の時、上半身はTシャツ一枚になり、靴下を脱ぎ、ズボンの裾を膝下までまくる

**女子** ・3F多目的室で上半身は下着を外し、ジャージの下はTシャツのみ着る。ストッキングは脱いでおく。

**男子** ・検査の時、上半身はジャージを脱ぎ、Tシャツ一枚になる。靴下を脱ぎ、ズボンの裾を膝下までまくる。



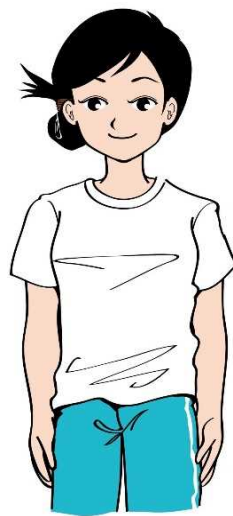
### 心電図検査って??

心臓の筋肉が拡張と収縮を繰り返す時、微弱電流が発生します。その変化を波形として記録し、その乱れから病気の兆候を読み取ろうとするのが心電図検査です。胸部と手首、足首に電極をつけ、安静に寝た状態で検査します。痛みは全くなく、3~5分で終了します。

### 男子 検査時の服装



### 女子 検査時の服装



### 注意事項

★緊張して体を固くすると、正確な検査ができません。力を抜いて、リラックスしてください。

★周りの人がしゃべったり、音を立てたりすると正しく検査ができません。廊下や会議室内では静かに待ちましょう。

**制服で登校した人は、ジャージに着替えておきましょう!**