



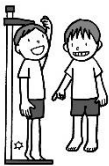



令和2年8月24日
調布市立第四中学校
8月号 No2
養護教諭



あっという間に2週間の夏休みが終わり、今日から2学期です。2学期は春に実施できなかった健康診断を行います。健康診断の結果、病院の受診が必要な人には個別にお知らせをお渡しします。コロナウィルスの影響もあり、病院受診が心配な人もいると思いますが、できるだけ早めに受診をして身体の様子をお医者さんに診てもらいましょう。

今日の身体計測について

1学期に身長を測ることができず、待ちに待っていた人もいるかもしれません。夏休み前も「身長を測らせてください」と来室する人がたくさんいました。今日は下の項目の計測を行います。

身長	体重
 <p>あごを軽く引くと、頭頂部（頭のてっぺん）で測ることができます。</p>	 <p>そっと体重計に乗ってください。測り終わるまで、静かに待ちます。</p>
視力検査	聴力検査(1・3年のみ)
 <p>5メートル離れた位置から、ランドルト環と呼ばれる記号を読みます。上下左右のどこが開いているか答えます。</p>	 <p>レーザーを掛けて、ボタンを持ちます。音が聞こえている間は、ボタンを押し続けてください。</p>

1 会場 ハチノス校舎4階707

- ・男子の受ける順番：身長 → 体重 → 視力（→聴力）
- ・女子の受ける順番：視力（→聴力）→ 身長 → 体重

※聴力検査は1・3年生のみ実施します。

2 計測を行う上での注意点

- ・保健カードを持って、会場をまわってください。
- ・計測の順番が来るまで、前の人と距離をとって静かに待っていてください。
- ・順番が来たら、保健カードを担当の先生に渡してください。
- ・メガネ・コンタクトレンズ使用者は、検査会場で担当の先生に申し出てください。メガネを使用している人は、外した状態で計測してから、メガネをかけて計測します。コンタクトを着用している人は、コンタクトをしたまま計測します。

明日は1年生のみ
ジャージ登校です！

心臓検診のお知らせ（1年生のみ）

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。学校生活を健康で楽しく送るために、とても大切な検査です。正確な検査が行えるよう、下のお知らせをよく読んでください。

- ・日時 **8月25日（火）午後**
- ・会場 **視聴覚室（男子）、保健室（女子）**
- ・服装 **ジャージ登校**

※検査はTシャツ・短パンで行います。

検査時に必要な場合があるので、**長袖ジャージ**を持参してください。

また登校時・授業中は、**長袖・長スポンのジャージ**を着用しても構いません。

冷房等で寒い場合もあるので、各自で調整してください。



<かならず守ってほしいこと>

- ・検査会場に入ったら、声を出さないでください。（検査を待っているとき・自分の検査中）
- ・ベッドに横になったら動かずに静かにしましょう。
- ・検診会場に行く前、検査が終わった後は、感染予防のために手を洗ってください。

<検査について>

検査は^{しんでんすけんさ}心電図検査と^{しんおんすけんさ}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。

横になったら、手足・頭を動かさず、静かに力を抜きましょう。

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をしましょう。

この検査は痛みの全くない検査です。緊張せずに、落ち着いて受けてください

心電図検査とは

心臓がドキンと動くとき、心臓の筋肉が収縮して小さな電気が発生します。心電図検査では、そのわずかな電気を波形グラフにして記録します。

心音図検査とは

胸にマイクを貼りつけて、ドクドクという心臓音を記録します。音を記録しているため、検査会場では静かにする必要があります。

1学期の疲れがとれないうちに、2学期が始まってしまい元気が出ない人もいるかもしれません。体調がすぐれないなと思ったり、心配だなと思うことがあったりする人は、保健室まで顔をのぞかせてください。2学期もみなさんが元気に学校生活を送れるように見守っています。

