

ほけんだより

2023. 5. 11 (木)
平川市立尾上中学校

ゴールデンウィークはゆっくり過ごせましたか？部活等で忙しかった人もいるかもしれませんが。5月は暦の上では夏の始まりです。爽やかで過ごしやすいですが、朝晩と日中の気温差が大きく体調を崩しやすい時期でもあります。元気に過ごすコツは…早寝・早起き・朝ごはん＋適度な運動です。これから運動会、中体連と行事が続きます。休むときはしっかり休んで自分の力を精一杯出せるようにしましょう(*^_^*)

～1年生心臓病検診のお知らせ～

日時 5月18日(木) 9:20～

対象 1年生と昨年度欠席者

場所 体育館側の玄関 検診車内で行います

→心臓病検診(心電図検査)では心臓に関する病気がないかを調べます。心臓の音や動きを電波で調べます。心電図検査は痛くもないし、ビリビリもしません。安心して受けてください。

心臓病検診の受け方

- ①ベッドに横になります。
- ②手首・足首・胸に器具をつけてもらいます。
- ③だらんと力を抜いて動かないようにします。
リラックスしてOKです。

～お願い～

- ・検査をスムーズに進められるように手首・足首がすぐ出せるTシャツ、ハーフパンツの用意をお願いします。
- ・時計などをしている場合は外しましょう。
- ・前日はお風呂に入り体を清潔にして受けましょう。



★お知らせ★

- ・明日、5月12日(金)は2次尿検査です。
※前回未提出の人、対象者の人は12日の朝に保健室に持ってきてください。
- ・【全校提出】貧血検査の希望用紙は5月15日(月)締切です。
- ・【2年生提出】運動器検診保健調査票(オレンジ用紙)、結核健診問診票(水色用紙)を保健関係連絡用封筒に入れて5月15日(月)までに提出をお願いいたします。