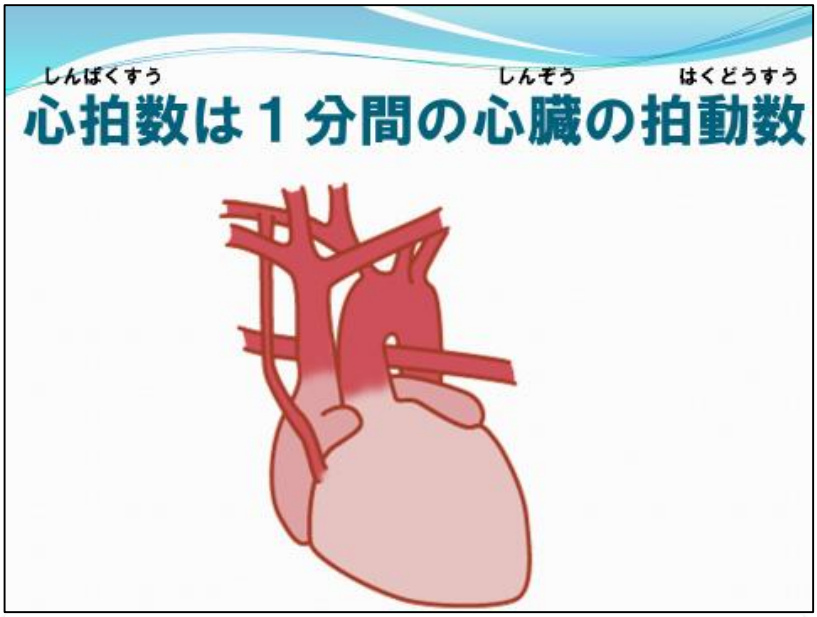
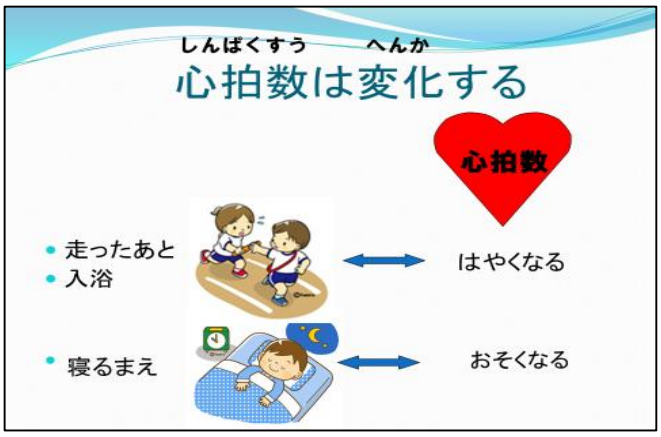
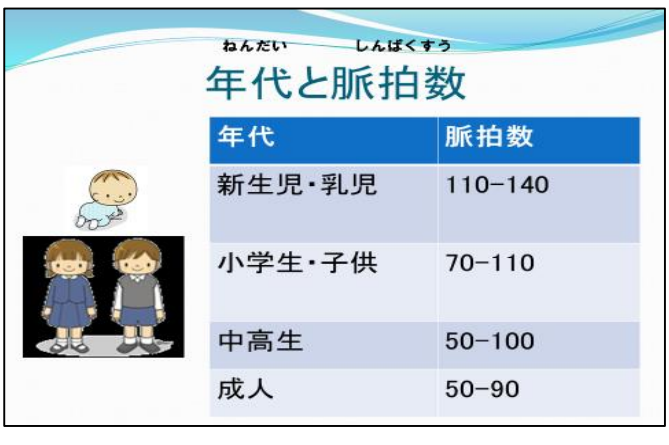
平成27年度

11月の保健室

１１月２６日（木）学校医（内科）の林先生による
「心拍数を測ってみよう」の保健講話をおこないました。







- 心拍数とは１分間の心臓の拍動数のことをいいます。
- 心臓は全身に血液を送るポンプの役割をします。
- 心拍数は１日の中で変化します。運動したあとやお風呂に入っている時に速くなり、寝る前やリラックスしているときは遅くなります。
- 心拍数は橈骨動脈（親指側の手首）に触れると測ることができます。他にも、保健室にあるパラスオキシメーターや血圧計などでも計測できます。
- 脈拍は動物によって速さがちがいます。ネズミは３００回、ぞうは２０回程度です。
- 脈拍は年齢によっても変化します。赤ちゃんは速く、大人になるにつれて遅くなります。