

ほけんだより

お家の方と一緒に読んでね



向山小学校小
保健室
令和5年4月7日

御入学・御進級おめでとうございます！ みなさんが新しい仲間や先生とたくさんの経験をし、大きく成長してくれることを楽しみにしています。養護教諭（保健の先生）は、みなさんの心と体が元気に育つようお手伝いをします。どうぞよろしくお祈いします。

健康診断が始まります！

4月は健康診断がたくさんあります。自分の体について知る大切な機会です。

検診・検査	日にち	検診後にお便りを渡す人	その他
視力検査	各学年の予定を見てください	片目が両目の視力がB以下の人 ※めがね・コンタクトの人は着けて検査した結果がB以下の場合	めがねを使っている人は、忘れずにもってきましょう。
聴力検査	各学年の予定を見てください	聞き取りづらい音があった人	
尿検査	4月13日	詳しい検査が必要な人	
内科検診	各学年の予定を見てください	校医さんから受診や経過観察の必要があると診断された人	袖のない下着を着て、体育着をもってきましょう。
心臓検診 1・4年と その他学年の 抽出者のみ	4月26日	詳しい検査が必要な人	今まで受けたことのない人、内科検診で指示のあった人も心臓検診を受けます。
眼科検診	5月11日	校医さんから受診や経過観察の必要があると診断された人	
耳鼻科検診 2・3・5年 とその他学年 の抽出者のみ	各学年の予定を見てください	校医さんから受診や経過観察の必要があると診断された人	
歯科検診	3・4年：6月1日 5・6年：6月6日 1・2年：6月8日	全員 ※受診の必要がある人となない人の全員に渡す	はみがきセットを忘れずに持ってきましょう。

☆こんなときは、保健室に来てくださいね

- ①学校でけがや体調がわるくなったとき
- ②心や体について知りたいとき
- ③悩みごとや話したいことがあるとき



☆保健室に来る前・来たときには・・・

保健室に行くことを担任の先生に話してきましょう。



自分の言葉で「いつ」「どこで」「どうしたのか」「どこが調子が悪いのか」を話してください。



保健室では静かにしましょう。



保健室に入る前は「失礼します」出る時は「失礼しました」と言ひましょう。

☆健康な毎日を送るために大切な3つのこと

○栄養

好き嫌いなく、なんでもバランスよく食べましょう！



○運動

毎日、少しずつでもよいので、身体を動かしましょう！



○休養

早ね早起きを心がけ、睡眠をしっかりとりましょう！



☆朝の健康観察について

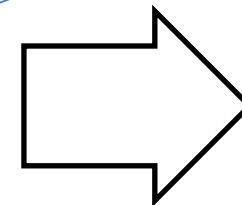
- ①朝すっきり目覚めたか
- ②元気があるか
- ③顔色がよいか
- ④朝食をしっかり食べたか
- ⑤気持ちよく登校できるか



毎朝、体温を測り、自分の健康観察をしましょう。



健康観察の結果をおうちの人のリーバーに入れてお話しして、LEBERに入れてもらひましょう。



保護者の皆様へ ～大切なお知らせ～

1 保健関係の提出物について

配布物	対象学年	お願い	提出期限
保健調査票	2～6年生	<ul style="list-style-type: none"> 表紙と内側左ページの組・番号を記入してください。 内側左ページは、前年度と変更がある場合は訂正してください。 内側右ページは、「平常時の体温」を忘れずに記入し、該当項目へ記入をお願いします。 	4/10 (月)
心臓検診調査票	4年生	記入漏れがないようにお願いします。	
結核検診問診票	2～6年生		
脊柱及び四肢の状態についての問診票	2～6年生		
日本スポーツ振興センター加入同意書	1年生	記入漏れ、印の押し忘れがないようにお願いします。	お忙しい中、たくさん書類で申し訳ありませんが、提出期限厳守をお願いします。

2 感染症における出席停止について

次の感染症に罹患した場合は、本人の安静と他への感染を防ぐために「出席停止」となります。欠席にはなりませんので、しっかり休養させてください。また、必ず学校へ電話連絡をしてください（LEBERのみ不可）。

百日咳・麻疹（はしか）・流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）・風疹（3日はしか）・水痘（水ぼうそう）・咽頭結膜熱（プール熱）・結核・流行性角結膜炎（はやり目）・その他医師が認めた病気（溶連菌感染症等）

上記の感染症になった場合は、登校する際に医師の許可が必要です。学校で出席停止に係る書類を作成してお渡しするので、医師に証明書を記入してもらい、その証明書を持って登校させてください。

インフルエンザに罹患した場合

病院で証明書等を発行してもらう必要はありません。出席停止期間の「発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日を経過するまで」を自宅で療養し、その間は毎日午前と午後の2回、リーバーに体温と体調を入力してください。リーバーへの記録により、出席停止期間を終えたことを確認します。

新型コロナウイルスに罹患した（濃厚接触者になった）場合

病院で証明書等を発行してもらう必要はありません。医師等の指示に従い、自宅療養期間を終え、体調がよくなったら登校してください。

3 日本スポーツ振興センター災害給付金制度について

学校の管理下で起こったけがなどの災害に対して、医療費が給付される共済制度です。年間の掛け金は470円（昨年度）で、学年費の中から支払わせていただきます。現金での集金はありません。

加入の同意書は、一年生だけ提出していただき、その後は毎年継続的に加入されています。

※請求の手続きについては、災害が起こった場合、その都度説明します。該当すると思われるけがで医療機関にかかった場合は、担任に御連絡ください。

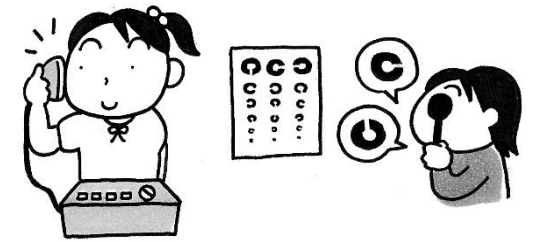


4 定期健康診断について

健康診断の結果、体に調子が悪いと思われるところがある場合や、病院で詳しくみていただいた方が良いと思われる場合はお便り（定期健康診断結果のお知らせ）でお知らせをします。各科検診終了後、21日以内にお便りが配付されない場合は「異常なし」ということですので、御承知おきください。

受診をお勧めするお便りが届きましたら、早めの受診をお願いいたします。特に、耳鼻科、眼科のお便りをもらった人は、6月のプール開きまでに受診し、水泳の授業への参加について医師と相談するようにしてください。

※学校での検診は、あくまでもスクリーニング（集団検診の中で病気の疑いの有無を見つけるもの）です。病院で『異常なし』と診断されることもありますが、御理解いただけますようお願いいたします。



5 保健室について

病院で診ていただいた方が良い場合や、お家でゆっくり休んだ方が良い場合などは保護者の方にお迎えに来ていただくことがあります。保健室は救急処置の場です。継続した手当はできませんので、翌日からは家庭で手当をしてきてください。また、家庭でのけがは保健室では見ることができませんので、家庭で手当をしてきてください。なお、保健室では内服薬を出すことはできません。

服が汚れてしまったときには、保健室から貸し出すことがあります。洗濯をして早めに返却をお願いいたします。下着（パンツ）を借りた場合のみ、新品の同じぐらいのサイズのものを返却してください。

御理解と御協力をお願いします。

