

ほけんだより



令和6年4月8日
流山市立東小学校
保健室



おうちの方へ

新年度のお忙しい時に、保健関係の書類の記入や提出等お手数をおかけします。

お子様の健康や学校生活のことで、ご心配なことがありましたら担任または保健室までご連絡ください。

1学期は健康診断の予定がたくさん入っています。学校の健康診断はスクリーニングとしての検診です。

異常の疑いや、精密検査の必要がある場合のみ、検診後に「治療のすすめ」を配付します。病院を受診して

「異常なし」となることもあります。お子様の健康管理の一環として位置付けていただけたら幸いです。

1学期末には全ての健康診断結果を記載した「健康診断結果のお知らせ」を配付します。

今年度も学校保健へのご理解、ご協力をお願いいたします。

進級おめでとうございます。新しい1年のスタートですね。
元気に学校生活が送れるよう「早ね・早おき・朝ごはん」を心がけてください。今年もよろしく願います

ようこそ保健室へ

こんにちは。養護教諭の野元 昭子(のもとあきこ)です。
みなさんが心も体も健やかに過ごせるよう、お手伝いします。1年間、よろしく願います!



~今月の保健目標~
自分の体について知ろう

*今年度からサポート看護師 杉山 結里加が配置されました

保健室はこんなところです

できること



できないこと

ケガの応急手当をする

「いつ・どこで・どんなふうに」ケガをしたかを教えてください。すり傷などは、自分で傷口を洗ってから来てください。



体調が悪いときに休む

元気に教室に戻れるように、ベッドで休むことができます。風邪をひいているときには、家に帰ってもらうこともあります。



話を聞いてもらう

悩みや困っていることがあれば、相談してください。話すだけで心が軽くなるかもしれません。もちろん内容は誰にも言いません。



体や心について学ぶ

みなさんの体と心は毎日成長しています。身長や体重、病気のこと、性のこと...疑問や不安があれば、いつでも聞きに来てください。



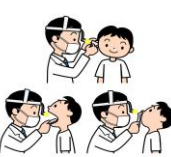
薬を渡す

薬は病院で出すもので、保健室では出せません。家で使っている薬がある人は、自分で持ってきてきましょう。



治療をする

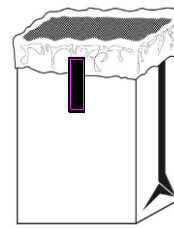
保健室では応急手当や休養しかできません。ケガや病気の治療は病院でしてもらってください。



<お願い>

エチケット袋と予備用マスク(それぞれ1枚ずつ)をご準備ください

お道具袋等に保管し、必要な時に取り出せるようにしたいと思います。



- ① 紙袋の取手を切り取ります
- ② レジ袋やビニール袋を紙袋の中に入れセロハンテープでとめます
※A4位の大きさのものをお勧めします
間口が小さい袋は洋服を汚してしまうことがあります
市販のエチケット袋はジッパーを自分で開けられないことがあります

ご自宅にある紙袋を寄付して頂けるとたすかります。学校で使用するエチケット袋を作るために使います。



学校でのけがについて

学校ではその日に起きたけがについてのみ応急処置を行います。

擦過傷については洗浄が基本です。けがの状況をお伝えしたり、病院受診のご相談をしたりすることがあります。緊急連絡先に変更があった場合は担任までお知らせください。

学校の管理下で起きたけがで受診し、医療費が健康保険使用で総額実費1500円以上になった場合には「日本スポーツ振興センター」給付の対象となります。子ども医療助成制度(受給券)との併用はできません。詳しくは本日配付した文書をご覧ください。

※流山市ホームページで「学校の感染症対策」と検索すると、出席停止になる感染症の一覧を見ることができます。

保健室に来る前 これだけはしておこう

先生やお友だちに伝える



いきなりいなくなるとびっくりするよ。

傷口が汚れているときは水道水で洗う



外でケガをしたときは特に念入りに。

毎日自分でやってみよう

朝の元気チェック!

- スッキリ起きられた
- 朝ごはんをおいしく食べられた
- うんちが気持ちよく出た
- せき・くしゃみをしていない
- 熱がない
- どこにも痛いところがない
- 笑顔いっぱい!



おうちの方へ

「いってらっしゃい」の前に お子さんの健康観察をお願いします。

- 熱はありませんか?
- 顔色は悪くないですか?
- 食欲はありますか?
- いつもと違うところはありませんか?



気になる点があれば、小さなことでもお知らせください。