

ほけんだより 4月

よろしくおねがいします
 養護教諭の
 小野 ぞう
 2024年(令和6年)
 福山市立春日小学校保健室

健康診断 がはじまります!



自分のからだのを知るための大切な行事です。「どれくらい成長したか」「病気や異常(治療が必要なところ)がないか」を調べます。服装・髪型・持ち物など、注意することがたくさんあります。先生の話をよく聞いたり、保健だよりを読んだりしながら、しっかり準備しましょう。

「初めまして」を楽しもう!

入学・進級おめでとうございます! 環境が変わる4月は、「初めまして」がいっぱいですね。慣れない環境や新しい友達との出会いに、不安な気持ちになるかもしれませんが、「初めまして」は、新しい自分に出会えるチャンスでもあります。「おはよう」と自分から新しいクラスメイトにあいさつしたり、何か新しいことにチャレンジしたりすると、何かかきと変わるはず。前向きな気持ちで春をむかえて、毎日を楽しみましょう。



保健室 は、どんなところ?

保健室はいつでもみんなの心と体の元気をサポート?

★ けがをした



★ 相談したい、話を聞いてほしい



★ ぐあいが悪くなった



★ からだやこころ、健康について知りたい



おぼえてね! 保健室のやくそく

★ けがや病気で来たときはなるべく担任の先生に言う



★ 保健室の中ではさわがない・走らない



★ 「どこが」「どうして」「どんなようすか」を伝える



★ ものを使う・かるときはひと声かけて



保健室で「できないこと」とは?

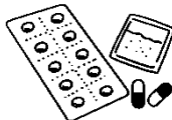
× 長い時間の休よう



× つづけての手当て



× のみ薬をもらう



春日っ子のみなさんへお願いです!

- ❁ きず口のどろは水で洗ってから保健室にきましよう。
- ❁ 担任の先生に「保健室連絡カード」を書いてもらってから保健室にきましよう。
- ❁ けがをさせてしまったら、つきそって保健室にきましよう。



【4月】 身体測定

10日 4~6年



11日 1~3年

視力検査と聴力検査

15日 6年



16日 5年

17日 4年

18日 3年

19日 2年

20日 1年

25日 全学年

26日 全学年

【5月】

心電図検査

14日 1年生のみ

尿検査

15日 全学年

(2次検査 30日)

内科検診

17日 1・4年

20日 2・5年

21日 3・6年

眼科検診

30日 全学年

校医さんの紹介です

- 内科 若林先生(若林医院)
- 歯科 奥村先生(歯科EMデンタルクリニック)
- 耳鼻科 石井先生(ゆう耳鼻いんこう科クリニック)
- 眼科 土手先生(福山元町眼科)
- 薬剤師 瀬尾先生(かんなべ薬局)

健康診断のやくそく



おうちのかたへ

保健関係の提出書類について

- お子様のふだんの健康状態について、一緒に話しながら、正確にご記入ください。 **※提出締切 4月11日(木)**
- ①保健調査票(運動器問診票)
※該当学年の欄に記入をお願いします。また、変更はないか、全体にも目をお通しください。
 - ②結核健診問診票※保健連絡封筒に入れて提出してください。
 - ③日本スポーツ振興センター加入同意書
※緊急連絡先は、必ず連絡がつく所を記入してください。連絡先はいくつかかれても構いません。必ず押印をお願いします。
 - ④心電図検査問診票(1年生のみ)※出席番号は記入しないでください。
- 提出していただいた資料に不備等があれば、学校から電話でお聞きすることがあります。

保護者のみなさまとともに、子どもたちのすこやかな成長のお手伝いをさせていただきたい
 と思っています。お子様の様子で気になることなどあれば、お気軽に声をかけてください。



災害共済給付制度について

災害共済給付制度とは、お子さんが学校生活でけがなどを負った際、独立行政法人日本スポーツ振興センターから給付金が支払われる制度です。

給付対象となる「学校の管理下」の範囲

- ①各教科授業や遠足、修学旅行、掃除など学校行事中
- ②部活動、林間学校、臨海学校など学校の教育計画に基づく課外指導中
- ③業間休み、昼休み、始業前、放課後など学校の定めた特定時間中
- ④登校中、下校中
- ⑤その他（学校外で授業が行われるとき、集合・解散場所への合理的な経路など）

給付対象となる「災害」の範囲

- ①負傷…捻挫、骨折、虫刺され、火傷など
- ②疾病…食中毒、脳しんとう、熱中症など
- ③障害…負傷や疾患が治り、後遺症が残った場合
- ④死亡…学校の管理下で発生した事件や上記疾病に直接起因する死亡・突然死



負傷・疾病では、原則的に初診から治癒までの医療費総額点数 500 点以上(医療費総額が 5,000 円(本人負担分 1,500 円))の場合に給付対象となります。なお、申請の際には受診した医療機関による証明が必要です。詳細については担任または養護教諭にお問い合わせください。

※学校の管理下かどうか、また給付申請の如何にかかわらず、大きなけがを負ったり病気に
 かかったりしたときは、欠席・遅刻や医療機関への受診状況等も含め、
 なるべく早く学校に連絡してください。

健康診断の結果について

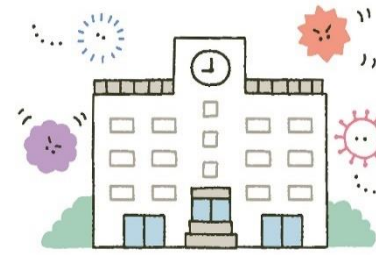


4 月から定期健康診断がはじまります。健康診断の結果につきましては、異常があった場合のみお知らせします。連絡のなかった人は「異常なし」ということでご了承ください。健康診断で異常があった場合は、受診していただき、「受診報告書」を学校に提出をお願いします。
 また、健康診断の日に欠席した人は、内科・眼科・耳鼻科は学校医さんの病院へ、歯科はかかりつけ医の所へ個人で受診していただきます。欠席された家庭には後日案内を配布します。「受診報告書」を学校に提出をお願いします。

出席停止について

感染症拡大防止のため、以下の感染症にかかった場合は、欠席扱いにはなりません。医療機関で診断を受けられましたら、学校へお知らせください。また、登校開始日については、かかった医療機関に確認していただき、併せてご連絡ください。

「出席停止」になる感染症



学校感染症

- ・インフルエンザ
- ・百日咳
- ・麻疹
- ・風しん
- ・結核
- ・流行性角結膜
- ・新型コロナウイルス感染症
- ・咽頭結膜熱(プール熱)
- ・流行性耳下腺炎(おたふくかぜ)
- ・髄膜炎菌性髄膜炎
- ・腸管出血性大腸菌感染症
- ・水痘(みずぼうそう) など

出席停止期間

新型コロナウイルス感染症	発症日を0日として発症した後5日を経過し、かつ症状が軽快した後1日を経過するまで
インフルエンザ	発症日を0日として発症した後5日を経過し、かつ解熱した後2日を経過するまで
水痘(水ぼうそう)	すべての発しんがかさぶたになるまで
咽頭結膜熱(プール熱)	発熱、咽頭炎、結膜炎などの主要症状が消退した後2日を経過するまで
流行性角結膜炎(はやり目)	医師において感染のおそれがないと認められるまで

いつてきます の声、いつもと変わりありませんか?

しばらくの間は、疲れが出て体調をくずしたり、感染症などにもかかりやすくなったりします。心の疲れが体に現れたり、機嫌が悪くなったりすることもあると思います。忙しくて、バタバタと大変な朝だと思いますが、朝の健康観察をお願いします。

朝の健康チェック

- 顔・表情 顔色が悪い、ぼんやりしている
- 鼻 鼻水・鼻づまりがある
- のど 赤くなっている、咳が出る
- 皮ふ 腫れている、ジュクジュクしている
- 尿・便 回数が多い、においや色が違う
- 食欲 普段より食べる量が少ない、吐く
- 睡眠 夜中に何度も起きる、目覚めが悪い



また、すぐに受診したりお休みするほどではない場合も、気になることがあればお知らせください。