

ほけんだより 4月

よろしくおねがいします
 養護教諭の
 まつば
 松葉 ぞす
 2025年(令和7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

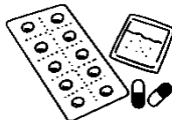


保健室で「できないこと」とは？

× 長い時間の休よう



× のみ薬をもらう



× つづけての手当て



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



14日 1~3年

視力検査と聴力検査

15日 6年・5-1



16日 5-2・4年

17日 3年・2-1

18日 2-2・1年

心電図検査



11日 1年生のみ

耳鼻科検診



24日 全学年

歯科検診



25日 全学年

【5月】
内科検診

9日 1・4年



13日 2・5年

16日 3・6年

眼科検診



14日 全学年

尿検査

29日 全学年

(2次検査 6月13日)



健康診断のやくそく

前髪が目にかからないように、切るか留める



身長を測る日はポニーテールやお団子ヘアにしない



- 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)

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(金)

- 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

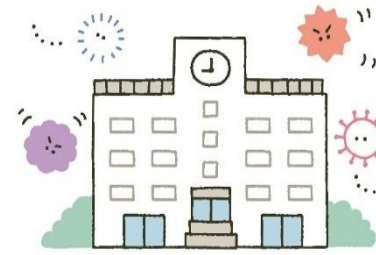


4 月から定期健康診断がはじまります。健康診断の結果につきましては、異常があった場合のみお知らせします。連絡のなかった人は「異常なし」ということでご了承ください。健康診断で異常があった場合は、受診していただき、「受診報告書」を学校に提出をお願いします。
 また、健康診断の日に欠席した人は、内科・眼科・耳鼻科は学校医さんの病院へ、歯科はかかりつけ医の所へ個人で受診していただきます。欠席された家庭には後日案内を配布します。「受診報告書」を学校に提出をお願いします。

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

こんなところを見てあげてください。



- 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知らせてください。