

入学・進級おめでとうございます。保健室では、みなさんの心と体の健康をサポートしていきます。どうぞよろしくお願いいたします。そして、あなたが今読んでくれている「ほけんだより」では、毎日をもっと元気に、健康に過ごすために気を付けてほしいことや守ってほしいことをお伝えします。知ってクをする、ちょっとうれしくなる、そんな情報もあるかも・・・わかりやすく、楽しい保健だよりを目指しています。読んで感じたことや気付いたこと、「知りたい」「読みたい」テーマなどのリクエストがあれば、ぜひ聞かせてくださいね。

養護教諭の富岡です。  
よろしくお願いいたします。



## こんなとき保健室へきてください！

けがをしたとき



ぐあいがわるいとき



はなしやそうだんをしたいとき



からだやころろについて知りたいとき



※保健室に来る時は、必ず担任の先生に言ってから来ましょう。

○ 登校前の健康観察をお願いします！→「健康観察カード」へ体温と体調を記入し、毎朝担任に提出するようにしてください。

- ★すっきりと起きられたか
- ★食欲はあるか
- ★気分が落ち込んでいないか
- ★顔色はよいか
- ★頭、お腹などを痛がっていないか
- ★いつもと違う様子はないか

※発熱や咳等の症状で新型コロナウイルス感染の可能性がある場合は、これまでと同様に登校せず家庭で休養してください。医師の診断や治療証明書が必要ない「出席停止」になります。ただし、類型移行（2類→5類）に伴い、5月8日以降は変更になる可能性がありますので、お知りおきください。

※欠席や遅刻をする時は、8時15分までに必ず学校に連絡してください。

学校の電話番号・・・086-698-0652

○ 出席停止の感染症に注意してください！

インフルエンザや水痘（みずぼうそう）、麻疹（はしか）、風疹（三日ばしか）、流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）などにかかった時は、欠席ではなく出席停止になります。医師の指示に従ってしっかり休養しましょう。出席停止の期間は、学校に連絡があった日からです。連絡を受けた後、学校から書類を渡します。医師に記入してもらい、学校に書類を提出した後に登校できるようになります。出席停止の感染症かどうかわからない時は、養護教諭までお気軽にご連絡ください。

○ 保健調査票や治療指示書などに書かれている番号と、各クラスで使用している出席番号が違うことがあります。お知りおきください。

○ 毎月「〇」の付く日（10日、20日、30日）はメディアコントロールデーです。（真備中学校区の小中学校で統一して取り組んでいます。）

この日は、メディアとの付き合い方（使いすぎしていないか、家族との約束を守れているか等）を、ぜひご家庭で見直してみてください。

学校では、年に3回の「すくすくカード（生活習慣振り返りカード）」やアンケート等でメディアとの付き合い方について考えていこうと思います。ご協力よろしくお願いします。

○ 裏面に健康診断の日程等を載せているので、ご確認ください。

# ★健康診断日程★



実施日	項目	対象学年	連絡事項
4/7 (金) 配付	児童・生徒保健調査票 結核に関する保健調査票 運動器検診保健調査票 耳鼻咽喉科疾患についての質問票 緊急連絡カード 家庭環境表 情報公開に関する同意書	2～6年生	◎ 提出期限・・・4月10日(月) 「保健関係の書類の記入について」をよく読んで記入してください。
4/11 (火) 配付	児童・生徒保健調査票 結核に関する保健調査票 運動器検診保健調査票 心臓検診票(学校で記入) 耳鼻咽喉科疾患についての質問票 スポーツ振興センター加入同意書 情報公開に関する同意書	1年生	◎ 提出期限・・・4月14日(金) 「保健関係の書類の記入について」をよく読んで記入してください。
4/13 (木)	発育測定	全学年	体操服で測定します。
4/14 (金)	心臓検診	1年生	体操服で、上の服を脱いで受けます。
4/17 (月)	視力検査・聴力検査	全学年	<u>めがねを持っている人は、忘れず持ってきてください。</u> 裸眼視力と矯正視力どちらも測定します。
4/24 (月) 4/25 (火)	尿検査(一次)	全学年	◎ 4月21日(金)に検査セットを配付します。ほけんだよりの注意事項をよく読み、忘れないよう持ってきてください。
4/25 (火)	耳鼻科検診	全学年 2、4、6年生は対象者のみ。	◎ 事前に配布した質問票を使用します。締切日までに提出してください。
5/10 (水)	眼科検診	全学年	「アッカンベー」の練習をしておいてください。
5/16 (火)	内科検診	全学年	体操服で受けます。
5/19 (金)	尿検査(二次)	全学年の 対象者	対象者に個別にお知らせします。お知らせの注意事項をよく読み、忘れないよう持ってきてください。
6/8 (木)	歯科検診	全学年	給食後にしっかりと歯みがきをしましょう。

※検診や検査が終わり次第、結果をお知らせします。治療指示書もらった人は、早めに病院を受診してください。

## お世話になります! 学校医の先生方



健康診断はもちろん、学校でけがをしたり病気になったりしたときに、みなさんの健康的な学校生活を様々な面からサポートして下さる先生方です。

- ✿ 内科・・・<sup>なつめだ</sup> 梶田先生 (まび記念病院)
- ✿ 耳鼻科・・・<sup>まつだ</sup> 松田先生  
(松田クリニック耳鼻咽喉科)
- ✿ 眼科・・・<sup>よこえ</sup> 横江先生 (よこえ眼科)
- ✿ 歯科・・・<sup>くわき</sup> 桑木先生 (桑木歯科)
- ✿ 薬剤師・・・<sup>みやけ</sup> 三宅先生 (月光堂薬局)

## 学校でケガをしたときは 災害共済給付制度 を利用できます



総医療費5,000円(自己負担3割の場合、支払いが1,500円)以上が対象です。学校管理下でケガをして受診したときは、早めに保健室にお知らせください。

※学校管理下とは、学校にいる間だけでなく、登下校中も含まれます。