



宝珠花小学校 保健室

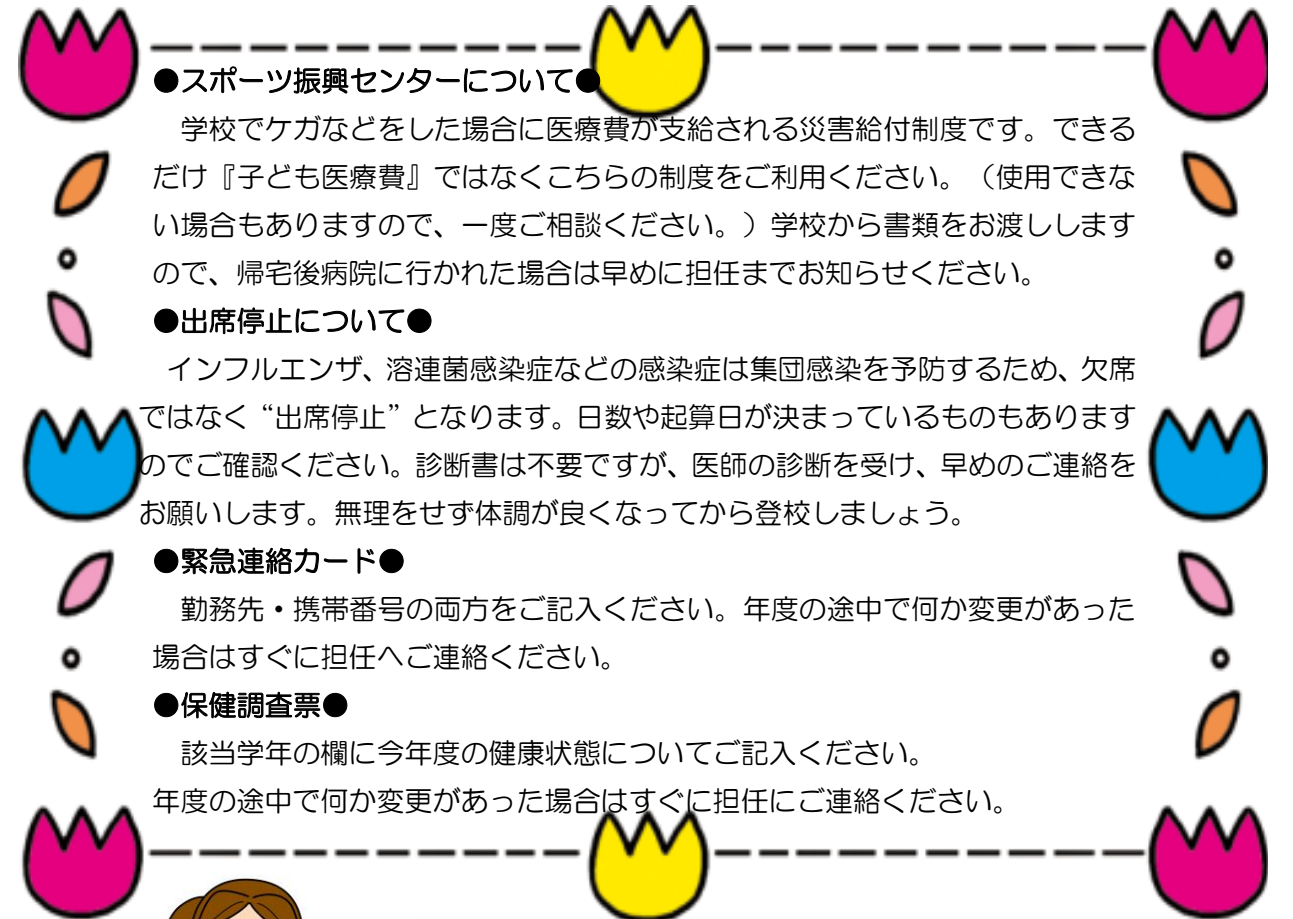
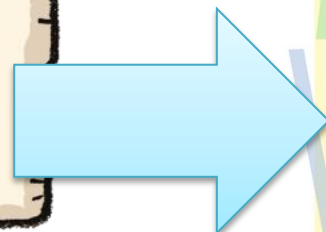
入学・進級おめでとう！

ご入学、ご進級おめでとうございます。新年度を迎え、ひとつ大きくなった！という喜びと期待いっぱいの笑顔に出会うことができ、とても嬉しく思います。ほけんだよりでは、保健行事のお知らせやお子様の健康に関することなどをお知らせしていきます。4月、5月は健康診断がたくさん予定されていますので、ご協力をお願い致します。



健康診断のお知らせ

- 4月11日（水）発育測定（全学年）
- 4月18日（水）聴力検査（1・2・3・5年）
- 4月19日（木）色覚検査（4年のみ）
- 4月23日（月）歯科健診（全学年）
- 4月24日（火）視力検査（全学年）
- 5月14日（月）内科検診（4・5・6年）
- 5月15日（火）尿検査一次①（全学年）
- 5月16日（水）尿検査一次②（一次検査①忘れ）
- 5月21日（月）内科検診（1・2・3年）
- 5月24日（木）心臓検診（1年）
- 6月1日（金）尿検査二次（一次検査忘れまたは、再検査）
心臓検診予備①
- 6月11日（月）心臓検査予備②



●スポーツ振興センターについて●

学校でケガなどをした場合に医療費が支給される災害給付制度です。できるだけ『子ども医療費』ではなくこちらの制度をご利用ください。（使用できない場合もありますので、一度ご相談ください。）学校から書類をお渡ししますので、帰宅後病院に行かれた場合は早めに担任までお知らせください。

●出席停止について●

インフルエンザ、溶連菌感染症などの感染症は集団感染を予防するため、欠席ではなく“出席停止”となります。日数や起算日が決まっているものもありますのでご確認ください。診断書は不要ですが、医師の診断を受け、早めのご連絡をお願いします。無理をせず体調が良くなってから登校しましょう。

●緊急連絡カード●

勤務先・携帯番号の両方をご記入ください。年度の途中で何か変更があった場合はすぐに担任へご連絡ください。

●保健調査票●

該当学年の欄に今年度の健康状態についてご記入ください。年度の途中で何か変更があった場合はすぐに担任にご連絡ください。



養護教諭の坂本純夏です。
今年度もみなさんが元気で楽しい学校生活を送れるようにお手伝いします。よろしくお願いします！

～4月健康診断をする上での諸注意～

- 発育測定○（全学年）
 - ・女の子は、髪を後ろで結ばないでください。（ポニーテール不可）
- 聴力検査○（1・2・3・5年）
 - ・前日には耳そうじをお願いします。
 - ・髪が耳にかからないようにしてください。
- 歯科健診○（全学年）
 - ・当日の朝は、歯みがきをお願いします。
- 視力検査○（全学年）
 - ・眼鏡を使用している場合は、眼鏡を持参をしてください。



主な感染症と出席停止期間

インフルエンザ	発症後5日、かつ、解熱後2日（幼児3日）が経過するまで
百日咳	特有の咳が消失するまで、または、5日間の適正な抗菌剤による治療が終了するまで
麻疹（はしか）	解熱した後3日を経過するまで
流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）	耳下腺、顎下腺または舌下腺の腫脹が発現した後5日間を経過し、かつ、全身状態が良好となるまで
風しん	発疹が消失するまで
水痘（みずぼうそう）	すべての発疹が痂皮化するまで
咽頭結膜熱	主要症状が消失した後2日を経過するまで
結核	症状により学校医その他の医師が感染の恐れがないと認めるまで
髄膜炎菌性髄膜炎	症状により学校医その他の医師が感染の恐れがないと認めるまで

上に書かれている以外にも、感染性胃腸炎（ノロウイルスなど）やマイコプラズマ肺炎など、出席停止になる感染症がいくつかありますので、学校にお知らせください。
診断書や登校許可書はいりません。



朝のスタートが鍵

朝の過ごし方で一日が変わります。
理想的な朝の過ごし方は？

①早く起きよう
まずは早起きして、時間に余裕を持っておぼろげな朝をスタート。

③朝ごはんを食べよう
午前中から元気に活動するために、朝ごはんを脳と体にエネルギー補充。

②ていねいに歯をみがこう
口内の菌が増えやすいのは就寝中。一本一本をみがくつもりで念入りに。

④トイレに行っておこう
便は体の調子を知る手がかりになります。朝のトイレタイムを習慣に。

保健室のお約束！！

- ①担任の先生にことわってからきてください。
- ②いつ、どこが、どんな具合なのか、具体的に話してください。
- ③保健室にあるものを使うときは一声かけてください。
- ④具合の悪い人が寝ていることもあるので、保健室では静かにしてください。

保護者の方へ

保健室は学校から家に帰るまでの救急手当をする場となっています。ケガの継続的な治療や、お家でのケガの手当てはできませんのでご理解ください。また、1、2時間保健室で休養しても改善されない場合はお迎えに来ていただきますので、ご協力をお願いいたします。

4月は新しい環境に慣れず、体調を崩しやすくなる時期でもあります。子どもは「よし、頑張るぞ！」という気持ちでいっぱいですが、気が付かないうちに無理をしているということも……。朝、家を出る前に必ず健康観察をしていただき、いつもと違うなと思いましたら、早めに休養をお願いします。

朝の健康観察のお願い～

お子さんにいつもと違う様子はありますか？

熱はないですか？

顔色はわるくないですか？

食欲はありますか？

げりや便秘をしていないですか？

元気はありますか？

