

ほけんだより 4月

令和5年4月号

東神吉南小学校

ほけんしつ

今月の もくひょう

病気を予防しよう！病気に負けない体をつくろう。



みなさん、にゆうがく・しながく、おめでとうございます！春のわくわくきぶんの中、新しいクラス、ともだち、せんせいとの1年が始まりますが、どんな1年にしたいですか？先生は1つお兄さんお姉さんになったみなさんと会えるのをとっても楽しみにしていました。楽しいがっこうせいかつになるように、「はやね、はやおき、あさごはん」をあいことばにがんばっていきましょう！

早寝・早起き・朝ごはん

毎日をイキイキ楽しく過ごすために、大切なものは何だと思う？
答えは、早寝・早起き・朝ごはんなどの正しい生活リズムと習慣です。
心と体の元気のために、生活リズムと習慣を見直してみませんか。



早寝早起きのコツ

早起きをして、朝の光をたっぷり浴びましょう。早起きした分、夜は自然に眠くなるはず。夜はゲームやスマートフォンは早めに切り上げて、ぐっすり眠りましょう。



朝ごはんを食べよう

朝ごはんを食べて、体にエネルギーをチャージしましょう。朝ごはんをおいしく食べられるように、夜食（間食）の時間や量には注意して！

ほけんしつの木中琴音です。
毎月「ほけんだより」を出しますので
たのしみにしててくださいね！
みんなが自分の体や心にきょうみをもって、大切にできるように、ほけんしつからサポートしますので、
よろしくお願ひします。



保健室でできること◎

◎心配事や悩み等の相談

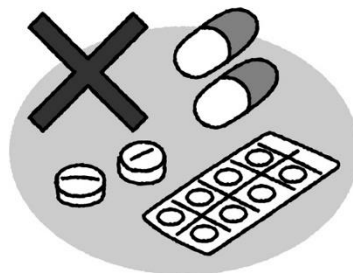
◎ケガの救急処置

◎具合が悪い時の一時休養



できないこと✕

◎体や健康について学ぶ



✕お薬はだせません

✕継続した手当はできません

保健室に来たとき、伝えることは？

どこが？

からだのどの部分のケガ／不調か

いつから？

症状が始まった日にち・時間？

どんなふうに？

痛み、だるさなどの様子や程度

どうして？

思い当たる行動やできごとなど



ほけんだより(保護者様)

東神吉南小学校 保健室 4月号

入学、進級おめでとうございます！保健室では子どもたちが元気で楽しい学校生活を送れるように、お手伝いいたします。一人ひとりとの出会い、関わりをたいせつに過ごしていきたいと思えます。保護者の皆さまにはたくさんご協力いただくことがあるかと思いますが、どうぞよろしくお願いいたします。

欠席連絡について

学校を欠席・遅刻・早退する場合は、必ず学校に欠席連絡をしてください

- ・学校を欠席・遅刻・早退する場合は、必ず学校に連絡をお願いいたします。
- ・インフルエンザ等、おおよその出席停止期間が把握できる場合の欠席連絡については、初日以降の連絡方法を担任にご相談下さい。

連絡方法

別紙にてお知らせしております、QRコードを読み取っていただき、そこから欠席連絡をご入力ください。また、東神吉南小学校ホームページからでもアクセスできますのでご活用いただければと思います。

伝染性疾患(下記参照)にかかったときは、法律で定められた期間登校することはできません

この場合は、「出席停止」となり、通常の欠席にはなりません。

インフルエンザ、百日咳、麻しん(はしか)、風しん、流行性耳下腺炎(おたふくかぜ)、水痘(みずぼうそう)、咽頭結膜熱(プール熱)、結核、髄膜炎菌性髄膜炎など

*これらの病気の疑いがもたれた時は、直ちに医師の診察を受け、その指示に従ってください。担任への連絡も必ずしていただきますようお願いいたします。

新型コロナウイルス感染症に関する出席停止基準につきましては、加古川市のマニュアルに沿って対応しております。加古川市より発行されます文書を確認していただきますよう、よろしくお願いいたします。

ご家庭での朝の健康観察について

お子さまが学校で楽しく元気に生活できるよう、朝の健康観察をお願いいたします

- *顔色はいいか
- *熱はないか
- *食欲はあるか
- *排便はしたか など

<毎日の体温測定をお願いします(朝の健康観察票に記入)>
発熱がある場合や、熱がなくても様子がおかしい場合は、登校せずに、しばらくご家庭で様子を見て下さい



学校におけるけが・病気の対応について

学校でけがをしたり、具合が悪くなったりしたとき、保健室では次のような対応をさせていただきます。

外科 症状	<ul style="list-style-type: none">◆ 保健室で応急処置をします。 学校での処置は、医療機関へ行くまでの、または行く必要のない範囲の傷病に対するもので、治療ではありません。◆ 医師の診察が必要と判断した場合は、保護者連絡をし、医療機関を受診します。 「保健調査票」の連絡先やかかりつけ医を詳しく記入してください。早期対応・早期受診につながります。<div style="border: 1px solid orange; padding: 5px; margin: 10px auto; width: fit-content;"><p style="text-align: center;">必ず連絡のつく電話番号をご記入ください。 アレルギーなど、学校の生活上で配慮が必要なことについても、記入欄がありますので、詳しく記入してください。</p></div>◆ 経過観察が必要な場合は連絡帳や電話連絡等でお知らせします。 ご家庭でも様子を見ていただき、医療機関へ受診された場合は学校へお知らせください。
----------	---

内科 症状	<ul style="list-style-type: none">◆ 感染症が疑われる場合は早退連絡をさせていただきます。◆ 1 時間程度保健室で休養しても症状の改善が見られず、通常の学校生活を送るのに支障がある場合も同様に、早退連絡をさせていただきます。
----------	--

なお、学校で使用する可能性のある薬品は右の通りです。
内服薬はございません。

使用してはいけない薬品がある場合はあらかじめご連絡ください。また、「湿布」も薬であり、かぶれやアレルギーを起こす場合があるため、極力使用を控えておりますのでご了承ください。

《保健室にある外用薬》

- ・「キズニコ」・・・傷の消毒
- ・「ムヒ S」・「ムヒパッチ A」・・・虫刺され
- ・「白色ワセリン」・・・保湿、傷の保護
- ・「サロンパス」・・・湿布

持参薬について

➤ 内服薬を持参する場合は、病院で処方された薬、市販の薬に関わらず、必ず学校へご連絡ください。

- ・持参薬は原則本人が所持します。
- ・養護教諭を含め学校の職員は、原則「薬を飲ませる」、「目薬をさす」などの薬を与える行為はできません。(医療行為にあたるため、声かけ、見守りのみの対応となります。)

➤ 学校で内服をする場合は必ず担任や養護教諭の見守りの中、服薬をさせます。

- ・持参薬がある場合は、ご家庭でもお子様に担任や養護教諭に声をかけてから、内服するようにお伝えください。また、本人及び他の児童による過剰服用、誤飲等の事故防止のために、その日に必要な薬だけを持参してください。

スポーツ振興センターについて

お子さまには、学校生活中のけがによって受診すると災害給付金の請求ができる保険に加入していただいています。



- 授業中、休憩時間中、学校行事、登校中のけが、等
- 窓口での支払いが 1500 円以上

この 2 つが請求の条件です。

もし、学校のけがで病院を受診した際は、必ず担任の先生に報告をしてください。申請に必要な書類をお渡しいたします。ご不明点ございましたら、保健室まで問い合わせいただきますようお願いいたします。

お世話になる学校医・学校歯科医・学校薬剤師の先生方

<内科>

神岡 一郎 先生

(かみおかこどもクリニック)

<歯科>

山村 進 先生

(山村歯科)

<薬剤師>

辻野 強志 先生



<耳鼻科>

藤本 崇史 先生

(藤本耳鼻咽喉科)

<眼科>

河野 章一朗 先生

(河野眼科)

健康診断や、環境衛生検査、学校保健委員会などでお世話になります！



健康診断について



学校における健康診断は子ども一人ひとりの発育や健康状態を把握し、充実した学校生活を送るために行われます。確定診断を行うのではなく、心配のあるものや疑いのあるものを選び出す「スクリーニング」です。

「健康診断のお知らせ」を受け取った場合は、なるべく早く医療機関でみていただきますよう、よろしくお願いいたします。

また、通知を受け取らなかった場合は「異常なし」です。

たくさんの健診が続きますが、ご協力いただきますよう、よろしくお願いいたします。

4月の健康診断の日程

月日	曜日	健診内容	対象	準備
4/12	(水)	身体測定・視力測定	6年生	体操服・髪型(低い位置で結ぶ) メガネ(持っている人)
4/13	(木)		4年生	
4/14	(金)		5年生	
4/17	(月)		3年生	
4/18	(火)	身体測定	なかよし・1年生・2年生	体操服・髪型(低い位置で結ぶ)
4/19	(水)	視力測定	なかよし・1年生	メガネ(持っている人)
4/20	(木)	視力測定	2年生	メガネ(持っている人)
4/27	(木)	内科検診	3・6年生	体操服

*視力検査・・・視力が1.0(A)に満たない児童にお知らせを出します。5月に眼科健診があり、眼科健診でも所見があった場合、眼科受診のお知らせを出します。あらかじめご了承ください。

じゃまにならない**髪型**に！



メガネを使っている人は
忘れずに持って来てください

