

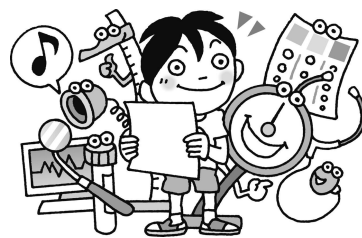
ほけんだより

和気の宝



和気小学校 保健室 2025. 4. 7

4月のほけんもくひょう



自分のからだを知ろう

にゅうがく しんきゅう
ご入学、ご進級おめでとうございます

ドキドキ・ワクワクの新学期がスタートしました！ みなさんがこころもからだも健康で、楽しい
がっこうせいかつ おく ほけんしつ
学校生活が送れるよう、保健室からもサポートしていきます

1学期にはたくさんの健康診断があります。自分のからだのことを
知るチャンスなので、おたよりをよく読んで、正しく検査を受けら
れるようにしましょう。

けんこう
健康づくりは
ざいざん たから
財産（宝）です！



しんたい けいそく
身体計測

4月 9日(水) 4～6年生
4月10日(木) 1～3年生

- ☐ 体操服を忘れずに！
- ☐ 髪の毛を結ぶときは、
下の方で結んでください。



しりょく けんさ
視力検査



4月11日(金) 4～6年生
4月14日(月) 1～3年生

- ☐ 持っている人は
メガネを忘れずに！



ちやうりょく けんさ
聴力検査



4月15日(火) 3・5年生
4月16日(水) 1・2年生

- ☐ 耳そうじをして
おきましょう。



にようけんさ
尿検査



4月21日(月) 配付
4月22日(火) 回収

- ☐ 忘れないよう、前の日にコップを
トイレに置いておきましょう。

しんぞうけんしん
心臓検診



4月22日(火)
10:30ごろ～ 1年生

- ☐ 脱ぎ着しやすい服装に
しましょう。



※心臓検診の日に欠席した場合、
5月14日(水)9:30～10:30
に保護者付き添いのもと、物見
山総合体育館で検診を受けて
いただくことになります。ご了承
ください。

しかけんしん
歯科検診



4月24日(木)
9:30～ 全学年

- ☐ 朝、ていねいに歯みがき
をしてきてください。



じび かけんしん
耳鼻科検診



5月8日(木)
13:50ごろ～ 1・4年生

- ☐ 耳そうじをして
おきましょう。



がんかけんしん
眼科検診



5月22日(木)
13:30～ 1・4年生

- ☐ 前髪が目にかからない
ようにしておいてください。



ないかけんしん
内科検診



6月4日(水)
9:00～ 全学年

- ☐ 体操服を
忘れずに！





保健室はこんなときに来てね

☑ ケガをしたとき

☑ 体調が悪いとき

☑ 悩みや心配ごとがあるとき

☑ からだや健康について知りたいとき



保健室をきもちよく利用するための



みんなのルール



ようご 養護の 木戸 有里 さんです。

みなさんが元気に学校生活を送れるよう、サポートしていきます。

よろしくお願いします



① 担任の先生に伝えてから来ます

★ 緊急のときは友達に伝えてもらいましょう。

② 保健室に入るときはノックをします

★ 保健の先生がいなくてはいけません。



③ あいさつをします

★ 「失礼します」「ありがとうございました」など
言ってくれるとうれしいです。

④ 保健室の中やろうかでは静かにします

⑤ 保健室に置いてあるものはさわりません

⑥ 保健室では「今日」のけがの手当をします

★ 昨日のけがや、おうちでのけがは、
おうちで手当してもらってください。



ほけんだよりとほけん室を

よくお願いします



ま読んでくれている「ほけんだより」は、ほけん室の先生からみなさんへのお手紙です。書いてあるのは体と心についてのお話。

「毎日元気だから読まなくても大丈夫！」と思った人もいるかもしれませんがね。「いま」元気なのはもちろん素晴らしいことですが「これから」の体と心の健康も大切にしましょう。ずっと元気であるために知ってほしいことをいっぱいお届けするので、毎回楽しみにしててくださいね。

そして、ほけん室にはみなさんの健康を一緒に考える先生がいます。体や心のことを話したいと思ったら、気軽にほけん室へ来てくださいね。



今年度お世話になる 学校医の先生方です

★内科

こめたに 先生
米谷 先生

★眼科

ほうじゅきねんびょういん 先生
芳珠記念病院の先生

★耳鼻咽喉科

さかの 先生
酒野 先生

★歯科

むらかみ 先生
村上 先生

★薬剤師

つるみ 先生
鶴見 先生



保護者の皆様へ 保健室からのお願い

お子さんが健康、安全に学校生活を送れるよう、以下のことにご理解ご協力をお願いいたします。
ご不明な点は保健室までお知らせください。

●保健関係文書について

以下のものを配付しましたので、記入・訂正し、**4月9日（水）までに提出**してください。

- ☐ 家庭環境調査票（A4 白）：1・4年生は新しい紙に記入。
2・3・5・6年生は訂正があれば赤で記入。
- ☐ 緊急連絡カード（A5 白）：1年生は新しい紙に記入。2～6年生は訂正があれば赤で記入。
- ☐ 保健調査票・結核問診票（見開き A3 ピンク）：全学年記入
- ☐ スポーツ振興センター同意書兼委任状：1年生のみ

★保健調査票

あてはまるものに○、または記入をお願いします。

訂正があれば赤で記入をお願いします。

体のことで知らせておきたいことがあれば、
新学年のところに記入をお願いします。

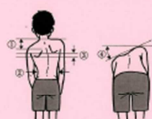
※月経に伴う諸症状により、学校生活に
支障がある場合も記入してください。

内面

裏表紙

<家庭で行うチェック方法>

13 背骨が曲がっているかを見るには、次の方法があります



- (4つのチェックポイント)
- ①背骨の高さに差がある
 - ②左右の脇の骨の曲がり方に差がある
 - ③背骨の骨の長さ・位置に差がある
 - ④肘屈した左右の背骨の高さに差がある

- ①肩の高さ ②ウエストライン(脇腹)
③肩甲骨の位置 ④肋骨後端

17 片足立ち



18 シャガみこみ



新学年のところに○、または斜線をお願いします。

裏表紙の方法を見てチェックをお願いします。

新学年のあてはまるところ

に○をつけてください。

●日本スポーツ振興センターについて

- ・ **学校の管理下**で発生した負傷、疾病等に対して医療費等が給付される制度で、国・学校の設置者・保護者の三者の負担により成り立つ互助共済制度です。


※**学校の管理下**…授業中、課外指導中、休憩時間中、通学中 等（交通事故は対象外）

- ・ 給付の対象となるのは、負傷や疾病の場合、**療養に要する費用の額が5,000円以上（医療保険診療を受けた際に保護者の方の支払った額が1,500円以上）**の場合です。
- ・ 学校の管理下でのけが等で医療機関を受診した場合は、手続きに必要な書類をお渡ししますので、担任または養護教諭までお知らせください。（この場合、**能美市の児童医療費助成制度は使用しないでください。**日本スポーツ振興センターの共済給付制度を優先します。）
- ・ 共済掛金額は、児童一人当たり年額920円ですが、そのうち460円は学校の設置者である市が負担し、残りの460円を保護者の方に負担していただきます。（4月の学納金より支出します。）

●朝の健康観察、欠席連絡について

- ・毎朝、登校前にお子さんの健康観察をお願いします。特に新学期は心身共に疲れが溜まりやすい時期ですので、いつもと様子が違うなと感じた場合には、体温を測ったり、お子さんの話を聞いてあげたりしていただくと幸いです。
- ・以下の感染症にかかった場合は出席停止となり、欠席扱いにはなりません。出席停止期間を医師に確認の上、学校までご連絡ください。

麻疹（はしか）、風疹（三日ばしか）、水痘（水ぼうそう）、流行性耳下腺（おたふくかぜ）、咽頭結膜熱（プール熱）、流行性角結膜炎（はやり目）、インフルエンザ、新型コロナウイルス感染症、感染性胃腸炎、手足口病、溶連菌感染症、マイコプラズマ感染症 等



当日の遅刻・欠席の連絡は、
コドモンまたは電話で
8:00 までにお願いします。

●健康診断について

- ・健康診断の結果、異常や病気が疑われた場合、「健康診断結果のお知らせ」をお渡しします。用紙を受け取った方は、早めに医療機関で受診されることをおすすめします。受診後、医師に用紙を記入してもらい、学校へ提出してください。
- ・学校での健康診断は、「異常の疑い」があるかどうかを判別するものですので、受診の結果「異常なし」と診断されることもあります。ご了承ください。
- ・「健康診断結果のお知らせ」を受け取る前に受診された場合や、定期的に受診されている場合は、受診結果や医師の指示等を保護者の方が用紙に記入し、学校へ提出してください。
- ・学期に1回、「定期健康診断の記録」（または「発育のようす」）を全員にお渡しします。

●けがの手当について

- ・軽度のものは学校で応急手当をします。継続的な手当はしかねますので、翌日以降はご家庭で絆創膏の貼り替え等をお願いします。
- ・病院での受診を必要とする場合は、保護者の方に連絡し、病院へ連れて行っていただくことになります。保健室で手当を行った場合も、ご家庭でけがの状態を確認いただき、必要に応じて医療機関で受診してください。

●薬について

- ・ご家庭から内服薬等を持参する場合は、その日の昼1回分に日付と名前を書いて持たせてください。この場合、児童の容態が安定しており、児童本人が薬を管理・服用できることが条件となります。（ご家庭から持参した薬を教職員が飲ませる・塗る、目薬をさすなどすることはできません。）
- ・持病等で継続的に服薬しており、教職員による確認が必要な場合や、学校で薬を保管する必要がある場合は、「与薬依頼書」の提出が必要となりますので、担任までお知らせください。

●着替えについて

- ・学校でお子さんの下着や衣類が汚れた場合、保健室で着替えをお貸ししています。パンツは新品をお渡しますので、できるだけ早めに新品のパンツ（同じサイズのもの）を学校へお返しください。体操服などの衣類は、ご家庭で洗濯して学校にお返しください。
- ・保健所からの指導により、嘔吐・下痢等で汚れた衣類等は学校で洗えないことになっています。その場合、そのまま袋に入れてご家庭に持ち帰りますので、ご了承ください。