

ほけんだより

ご入学・ご進級おめでとうございます。新しい環境にワクワクする一方で、緊張や不安でドキドキすることがあるかもしれません。そんなときこそ、笑顔とあいさつを忘れずに、一度深呼吸を試みましょう。何か困ったことがあるとき、相談したいときは、保健室に来てくださいね。



養護教諭の井上紗央里です。
今年度のほけんだよりは、6月号からtetoruにて配信します。
今年度もどうぞよろしくお願いいたします！

保健室の利用について



保健室では騒がないでね！



学校でケガをしたり体調が悪くなったときに
応急手当や一時休養ができます

こんなときにもぜひ
保健室へ来てください

手当の際に「いついつから」「どこが」「どうしたのか」など、自分の状態を説明してください。

体や心、健康について
知りたいことがあるとき

休養は原則1時間です。
よくなるまで
早退を勧めます。

困ったことや相談したい
ことがあるとき

※保健室では内服薬をあげたり、翌日以降の継続した手当ではできません。

※先生に伝えてから来室しましょう。
また、緊急でないときは休み時間に利用するようにしてください。

身長や体重などを
測りたいとき

ほけんしつでは おくすりはだせません



保健室では、内服薬、外用薬などのお薬の使用は行いません。お薬の持参を希望される場合は、養護教諭までご相談ください。

とうこうまえ けんこう ～登校前の健康チェック～

しんねんど 新年度がスタートしました。ふあん や きんちょう を抱えるお子さんも多いこととおもいます。あんしん して げんき に 学校生活を送ることができるよう、また、びょうき や いじょう の早期発見のためにも、あさ とうこうまえ 朝の登校前には、おこ さんの「けんこうかんさつ」を実施していただくようお願いいたします。

ココをチェック!

- ぐっすり ねむ 眠れている
- 朝 食 はしっかりと食べられた
- 頭 や お腹 を痛がっていない
- 表情 が明るく気分が落ち込んでいない
- 発熱 していない
- その他、普段と違う様子はないか

たいちょうふりょう いりようきかん じゆしん 体調不良で医療機関を受診し、がっこうかんせんしやう しんだん 学校感染症と診断された場合は、ばあい しゅつせきていし 出席停止となりますので、がっこう れんらく 学校までご連絡ください。また、とうこうさいかいび 登校再開日には「ちゆしやうめいしよ 治療証明書」のご提出が必要となります。ちゆ 治療証明書はがっこう 学校ホームページからダウンロードできます。びやういんしてい ようし けっこう 病院指定の用紙でも結構です。

かぶつせんこう フッ化物洗口について

かぶつせんこう フッ化物洗口とは、かぶつ ふく フッ化物が含まれるせんこうえき 洗口液で1分間ぶくぶくうがいをするかんたん むしばよぼう 簡単な虫歯予防の方法です。こんねんど ひきつづき 今年度も引き続き、まいしゅうかようび 毎週火曜日にかぶつせんこう おこな 洗口を行います。

ねんせい さくねんど どういしよ したが 2～6年生は、昨年度の同意書に従って実施しますが、ばあい 変更がある場合は、たん にん 担任までお知らせください。1年生は、べつどういしよ 別途同意書を配布いたしますので、がつ にち 4月20日(月)までにぜんいん ご提出ください。

かぶつせんこう フッ化物洗口では、プラスチック製のこップを使用します。は 歯ブラシと併せて、まいしゅうねす 毎週忘れず持参するようにねが います。

かぶつせんこう こうか フッ化物洗口の効果

むし 菌の酸に溶けにくい 強い歯にします。

むし 菌の働きを 弱めます。

は 歯の再石灰化 (溶けだした歯の成分を戻す働き) を促進し、穴の開く前の初期むし歯を修復します。

身体計測

身長と体重をはかります

眼科

目の病気や異常がないか調べます

歯科

歯や歯肉、歯並び、かみあわせ、あごの関節などに病気や異常がないか調べます

聴力

耳がよく聞こえているか調べます

内科

心臓や肺の音、栄養状態、皮膚、背骨や胸の骨の形などに異常がないか調べます

健康診断が
はじまります

尿

腎臓病や糖尿病などの病気がないか調べます

運動器

骨、関節、筋肉などの運動器に異常や痛みがないか調べます

耳鼻咽喉科

耳・鼻のどに病気や異常がないか調べます

視力

どれくらい見えているか調べます

心電図

心臓が規則正しく動いているかなどを調べます

定期健康診断では、毎年4月～6月にかけてお子さんの体に病気の疑いや異常がないかを調べます。医療機関への受診が必要な場合には、「受診勧告書」を配付いたしますので、早めの受診・治療をお願いします。



内科	北篠崎クリニック 医師
眼科	江戸川メディケア病院 医師
耳鼻科	赤上医院 医師
歯科	宇田川歯科医院 医師

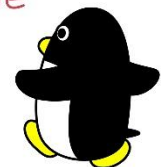
スクールカウンセラー紹介

毎週木曜日にスクールカウンセラーの先生が来校します。

お子さんのことで「話を聞いて欲しい」、「悩みごとがある」などがあれば、お気軽にご利用ください。利用される場合は、予約が必要です。相談を希望される方や、検討されている方は、担任または養護教諭までお知らせください。



welcome



が づ ほ け ん ぎ ょ う じ
 4・5月の保健行事

4月			5月		
10日 (金)	発育測定	6年	12日 (火)	内科検診	1・6年
13日 (木)	発育測定	3・4年	13日 (水)	眼科検診	全学年
	尿検査	全学年	14日 (木)	歯科検診	2・4・5年
14日 (火)	発育測定	2・5年		尿検査	該当者
15日 (水)	発育測定	1年		(二次②)	
16日 (木)	聴力検査	2・5年	19日 (火)	耳鼻科検診	全学年
17日 (金)	聴力検査	1・3年	21日 (木)	歯科検診	1・3・6年
21日 (火)	内科検診	2・5年		フッ化物洗口開始	1年
	フッ化物洗口開始	2～6年	22日 (金)	心臓健診	1年・該当者
23日 (木)	視力検査	3・4年	27日 (水)	脊柱側弯症検診	5年・該当者
24日 (金)	視力検査	5・6年			
27日 (月)	視力検査	1・2年			
28日 (火)	尿検査	該当者			
	(二次①)				



～必ずご確認を！災害共済給付制度～

災害共済給付制度は、お子さんが学校生活（学校の管理下）でけがなどをおった際、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

- 各教科授業や遠足、宿泊行事、掃除など特別活動中
- 学校の教育計画に基づく課外活動中
- 休み時間、始業前、放課後
- 登校中、下校中
- 学校外での授業、集合・解散場所への経路など



負傷（捻挫・骨折など）や疾病（熱中症など）では、原則として初診から治療までの医療費総額が5,000円（3割負担で1,500円）以上の場合に給付対象となります。申請の際には、受診した医療機関による証明書が必要となります。詳細については、保健室にお問い合わせください。