保健だより 4月

令和6年4月12日　江戸川区立南葛西中学校　保健室

春の訪れとともに新しい1年がスタートしました。ご入学、ご進級おめでとうございます。成長期の皆さんには栄養バランスのよい食事をしっかり食べること、質のよい睡眠をとること、身体をおもいっきり動かすことがとても大切です。規則正しい生活リズムを心掛け今年も1年元気に過ごしましょう。

健康診断が始まります！

健康診断の日程は年度当初に配付済みです。検診後、治療が必要な人には「健康診断結果のお知らせ」をお渡しします。早めに病院を受診しましょう。**お知らせがない場合は、「異常なし」です。**

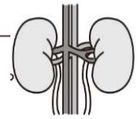
尿検査

糖尿病や、腎炎などの腎臓の病気を早期発見するために検査します。

提出日は、4／17（水）です。
朝学活までに提出してください。

※出せなかった人は、5／8（水）の8時45分までに直接保健室へ提出してください。

▶腎臓ってなにをしているの？



＊余分な老廃物や水分などを体外に出す
＊血圧をコントロールする
＊血液を作る指示を出す　　など

腎臓が正常にはたらかないと、体にいらないものが溜まったり、貧血になったりします。

学校医の紹介

内　科：村澤　光洋先生　（村澤医院）
眼　科：高間　直彦先生　（たかま眼科クリニック）
歯　科：佐藤　　太先生　（ドルフィンファミリー歯科）
耳鼻科：佐野　良一先生　（さの耳鼻科）
薬剤師：西村　哲也先生　（薬局ニコニコ）

健康診断で診察していただきます♪

保健室の利用について♪

（1）保健室の利用方法

授　業　中：授業の先生に伝え「保健室利用連絡票」を書いてもらう
⇒職員室に行き、職員室にいる先生から「保健室利用連絡票」にサインをもらう⇒保健室へ

休み時間：次の授業の先生に伝え「保健室利用連絡票」を書いてもらう（次の授業の先生がいなければ保健委員またはクラスメイトに伝える）⇒職員室に行き、職員室にいる先生から「保健室利用連絡票」にサインをもらう⇒保健室へ

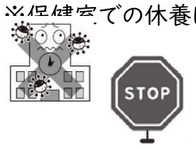
（2）保健室でのけがの手当ては当日のみです。学校外で発生したけがは家で手当てをしましょう。

（3）飲み薬は学校では渡しません。薬を飲みたいときは、家から持ってきましょう。

①保健室の利用について　ご協力お願いします！

● ケガをしたとき
緊急を要する場合、生徒のかかりつけ医療機関又は最寄りの医療機関を受診します。
その場合、可能な限り保護者の方にも医療機関に来ていただくことになります。

● 体調が悪いとき
保健室で休養しても回復しない場合、家庭連絡の上、早退となります。1人で歩いて帰れない場合、
保護者の方に迎えに来ていただくことになります。※保健室での休養は原則1時間以内です。



②学校感染症による出席停止について

下記の感染症（疑い含む）と診断された場合は、医師による登校許可が出るまで出席停止となります。出席停止期間中は欠席数にカウントされませんが、治って学校に**登校する際は、インフルエンザの場合は「季節性インフルエンザ診断報告書・登校報告書（資料①）」、インフルエンザ以外の感染症の場合は「証明書（資料②）」を医師に記入していただき、登校日に学校へ提出する必要があります。**書類は病院で用意しているところが多いですが、南中のHPからもダウンロードできます。

※**当面の間、新型コロナウイルスは「証明書」の提出は不要**です。

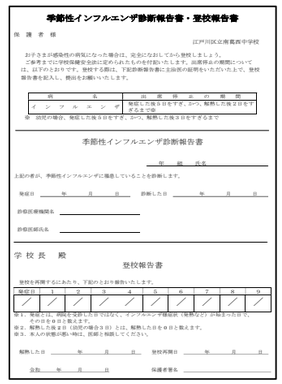
※書類は病院独自の用紙でも構いません。病院によっては用紙の記入に文書料が発生するところもあります。

出席停止となる感染症

※これらの感染症にかかった場合は、学校ご連絡ください。

新型コロナウイルス・インフルエンザ・百日咳・麻疹（はしか）・風疹（三日はしか）・流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）・水痘（水ぼうそう）・咽頭結膜熱（プール熱）・流行性角結膜炎（はやり目）、溶連菌感染症・感染性胃腸炎（ウイルス性胃腸炎、ノロウイルス等）・マイコプラズマ肺炎…等

資料①



季節性インフルエンザ診断報告書・登校報告書

保護者様　　江戸川区立南葛西中学校

お子さまが感染性の病気になった場合は、完全になおってから登校しましょう。
ご参考までに学校保健安全法に定められたものを付記いたします。出席停止の期間については以下のとおりです。
なお、医師により感染のおそれがないと認められたときはこの限りではありません。登校報告書を記入し、提出をお願いいたします。

病名	出席停止の期間
インフルエンザ	発症に伴う日を含めて、5つ、解熱した後2日を経過するまで

※「発症の場合」発症した後3日を経過するまで、5つ、解熱した後3日を経過するまで

季節性インフルエンザ診断報告書

年　組　氏名

上記の者が、季節性インフルエンザに罹患していることを診断します。

発症日　　年　月　日　診断した日　　年　月　日

診療医療機関名

診療医師氏名

学校長　殿

登校報告書

登校を再開するにあたり、下記のとおり報告いたします。

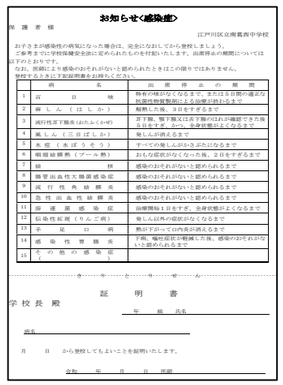
発症日	1	2	3	4	5	6	7	8	9
／	／	／	／	／	／	／	／	／	／

※1．発症とは、病院を受診した日ではなく、インフルエンザ罹患日（発熱など）が始まったお日。その日を0日と数えます。
※2．解熱した後2日（38度の場合3日）とは、解熱した日を0日と数えます。
※3．本人の状態の思い明は、医師と相談してください。

解熱した日　　年　月　日　登校再開日　　年　月　日

令和　年　月　日　保護者署名

資料②



お知らせ〈感染症〉

保護者様　　江戸川区立南葛西中学校

お子さまが感染性の病気になった場合は、完全になおってから登校しましょう。
ご参考までに学校保健安全法に定められたものを付記いたします。出席停止の期間については以下のとおりです。
なお、医師により感染のおそれがないと認められたときはこの限りではありません。
登校するときに下記証明書をお持ちください。

	病名	出席停止の期間
1	百日咳	特有の咳がなくなるまで、またはある日間の適正な抗菌性物質療法による症状消えるまで
2	麻しん（はしか）	解熱した後、3日をすぎるまで
3	流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）	耳下腺、顎下腺又は舌下腺のはれが確認できた後、5日をすぎて、かつ、全身状態がよくなるまで
4	風しん（三日ばしか）	発しんが消えるまで
5	水痘（水ぼうそう）	すべての発しんがかさぶたになるまで
6	咽頭結膜熱（プール熱）	おもな症状がなくなった後、2日をすぎるまで
7	結核	感染のおそれがないと認められるまで
8	腸管出血性大腸菌感染症	感染のおそれがないと認められるまで
9	流行性角結膜炎	感染のおそれがないと認められるまで
10	急性出血性結膜炎	感染のおそれがないと認められるまで
11	溶連菌感染症	治療開始1日をすぎ、全身状態がよくなるまで
12	伝染性紅斑（りんご病）	発しん以外の症状がなくなるまで
13	手足口病	熱が下がってOK(発症から5日)
14	感染性胃腸炎	下痢、嘔吐症状が軽減した後、感染のおそれがないと認められるまで
15	その他の感染症	

切　　り　　と　　り　　線

証　明　書

学校長　殿

年　組　氏名

病名

月　日　から登校してもよいことを証明いたします。

令和　年　月　日　医師

③日本スポーツ振興センター災害共済給付制度について

～学校で発生した傷病により病院を受診した場合の医療費について～

災害共済給付制度とは、お子様が学校の管理下（登下校含む）で起こった傷病（けが、熱中症、ガス等の中毒、溺水等）で病院（整骨院含む）を受診した際に、日本スポーツ振興センターから保護者の方へ給付金（お見舞金）が支払われる制度です。災害共済給付制度を利用すると、病院で子ども医療証を使わずに総医療費の3割を自己負担していただきますが、申請書類を病院（整骨院、薬局）で記入していただき学校へ提出することで、総医療費の4割が保護者の方の口座へ振り込まれます。

※詳しくは、年度当初（1年生は入学式、2・3年生は始業式）に配布した「日本スポーツ振興センター災害共済給付制度と共済掛金の全額区費負担について」（江戸川区教育委員会発行）をご覧ください。