

令和7年4月7日
西小学校 保健室
No. 1



ほけんだより

風はやさしく、日差しはあたたかくなってきました。
十日町にも春がきましたね。

ご入学、ご進級おめでとうございます。西小学校では、
全校233名で新しい1年がスタートします！
今年度もよろしくお願いいたします。



養護教諭の
伊藤 聡美です。
よろしくお願いします

★保健用封筒を配付しました★

健康診断を行うための大切な資料となります。よくご覧になり、ご記入をお願いいたします。

4月11日（金）までに学級担任へ提出をお願いします。

① 保健調査票（ピンク）2～6年生

住所や連絡先等の変更がありましたら、赤字で訂正をお願いします。裏面もあります。

「その他通院治療中の病気や経過観察中の病気」の欄に、女子で月経に伴う諸症状がある場合はご記入ください。

② 保健調査票（白）1～6年生

歯科・眼科・運動器検診の保健調査です。当てはまるところに○を記入してください。

③ 結核健康診断問診票 1～6年生

該当学年の欄に記入してください。

④ 耳鼻科検診事前アンケート 1～6年生

⑤ 心臓検診調査票 1・4年生

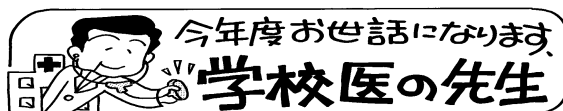
学年、組、性別、氏名、質問1～4の記入をお願いします。身長、体重は学校で記入します。

⑥ 色覚検査希望調査兼同意書 4年生

色覚検査は、希望があればどの学年でも検査が可能です。検査を希望される場合は、学校にご連絡ください。



★定期健康診断が始まります★



内科 高橋 修一 先生	歯科 中林 靖 先生	眼科医 佐藤 伊将 先生
耳鼻科医 新潟大学 医学部医師		

令和6年度 定期健康診断の日程

今年度の定期健康診断の日程です。できるだけ欠席や遅刻等なく、健康診断を受けられるようご協力をよろしくお願いいたします。

月	日	曜	項目	対象	時間	備考
4	9	水	視力検査①	5・6年生	2・3限	めがねのある人は持ってくる。
	10	木	視力検査②	3・4年生	2・3限	
	11	金	視力検査③	1・2年生	2・3限	
	15	火	尿検査1次	全学年	9時までに提出	検査用具は4/14配付。 出せなかった人は5/8に提出。
	16	水	聴力検査①	1・2年生	2・3限	耳掃除をしておく。 髪が長い人は結んで耳を出す。
	17	木	聴力検査②	3・4年生	2・3限	
	18	金	聴力検査③	5・6年生	2・3限	
	21	月	身体測定①	1・2年生	2・3限	普段着で測定。上着は脱ぐ。
	22	火	身体測定②	3・4年生	2・3限	
	23	水	身体測定③	5・6年生	2・3限	
5	8	木	尿検査2次	対象者	9時までに提出	検査用具は5/7に配付。 4/15に出せなかった人も提出。
	15	木	歯科健診	全学年	9:00～	歯みがきを丁寧にする。
	19	月	心臓健診	1・4年生	9:00～	体操着（半袖・短パン）の準備。
	21	水	内科健診	1～3年生	13:30～	体操着（半そで・上着の準備）
6	4	水	内科健診	4～6年生	13:30～	体操着（半そで・上着の準備）
	16	月	耳鼻科健診	1・2・4・6年	10:30～	耳掃除をしておく。
	27	金	眼科健診	全学年	14:10～	前髪が目にかからないようにしておく。

※検診前に、事前準備についてのおたよりを配付することもあります。

各家庭でのご協力をよろしくお願いいたします。

★保健室での対応について★

○保健室での休養は原則として、1時間としています。場合によっては様子を見ることもありますが、学習継続が困難な場合は、保護者の方に連絡をし、お迎えに来ていただきます。

○首から上のケガについては、慎重に対応させていただきます。病院受診が必要と判断した場合は、保護者の方に連絡させていただきます。また、ご家庭でも引き続き様子をみていただきたい場合は、保健室からお手紙を持たせたり、電話連絡をさせていただいたりします。よろしくお願いいたします。

○食物アレルギーの新規発症が増えています。症状としては、口の中の違和感や皮膚の一部に発赤、かゆみ、じんま疹です。これらの症状が30分ほど経過観察しても、消失傾向にない場合は、救急車を要請し、救急搬送します。アナフィラキシー症状は急激に症状が悪化する可能性があるため、ご承知おきください。



★欠席・遅刻の連絡について★

欠席・遅刻をする場合については、「ロイロノート」を使用して連絡をお願いします。「ロイロノート」を使用しない場合は、学校に電話連絡をお願いします。連絡がない場合は、学級担任から確認の電話をさせていただきます。

★独立行政法人日本スポーツ振興センター 「災害給付制度」について★

学校管理下（校内、校外学習、登下校など）で起こった災害（けがや病気）に対する共済給付制度です。学校のけが等で受診をした場合は、早めに学校へ連絡をお願いします。申請に必要な書類をお渡しします。給付の支払対象となる必要最低点数は500点(5000円)です。ご不明な点等ありましたら、養護助教諭までご連絡ください。

★感染症にかかった場合の出席停止措置について★

学校保健安全法に基づき、下記の感染症にかかった場合や疑いがある場合は、出席停止となります。医師に感染症と診断されましたら、速やかに学校までご連絡ください。登校許可証明書をお渡しします。（学校のホームページからもダウンロードできます。）登校は、医師からの登校許可が出てからとなります。登校許可証の記入を有料としている医療機関の場合は、登校許可証は結構ですので、病名・出席停止期間等を口頭でお知らせください。

麻疹（はしか）・風疹・流行性耳下腺炎（おたふく）・水痘（みずぼうそう）・感染性胃腸炎など

○インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症について

登校できるようになったら、保護者が記入した「療養解除届」を学校に提出していただきます（この用紙も学校のホームページからダウンロードできます）。

★毎日の健康は手の清潔から★

目にはみえなくても、私たちの身の回りには、病気のもとになるウイルスがひそんでいます。それらを体の中に入れないためには、しっかりと手を洗い、清潔なハンカチやタオルで手を拭くことが大切です。また、爪を短くしておく、ウイルスがつきにくくなりますし、けがの防止にもなります。手を清潔に保ち、毎日健康で元気に過ごしましょう！



。。。。こんなときには、^て手^{あら}を洗いましょう。。。。

^{そと}外^{かえ}から帰ったとき



^{しょくじ}食事^{まえ}の前



^{あと}トイレの後



^{ちょうり}調理^{まえ}の前



^{どうぶつ}動物^{あと}にさわった後



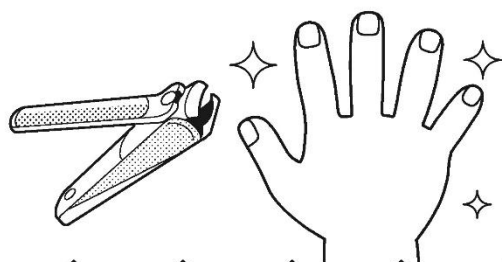
^た食べ^{もの}物^{まえ}にさわる前^{あと}と後



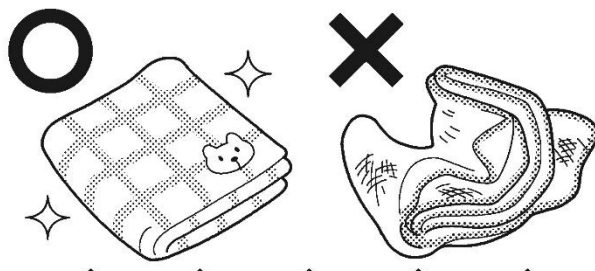
© 少年写真新聞社 2023

^て手^{せい}の清^{けつ}潔^{たも}を保つために

^きつめを切^きっておこう



^{せい}清^{けつ}潔^もなハンカチ^{ある}を持ち歩^{ある}こう



© 少年写真新聞社 2023