



令和4年4月8日
宗岡第二小学校 保健室
(親子で読むほけんだより)

にゅうがく しんきゅう
入学 進級 おめでとうございませう

1年生は入学、他の学年のみなさんは進級おめでとうございませう。今年度も新型コロナウイルス感染症が猛威をふるっています。昨年度と同じように感染予防に努め、『菌をもらわない、うつさない』を徹底しましょう。まずは、手洗いがしっかりできる、そんな素敵な宗二っ子になりませう。

むねにしょう
宗二小のみなさんへ

守ってください 保健室のルール

- ◎保健室に来るときは先生に話してから来ませう。
- ◎つきそいは1人だけにしてくださいます。
- ◎けがをした理由・場所、けがの状態を言えるようにしませう。
- ◎保健室にあるものを使う時は先生に言ひませう。
- ◎保健室には具合の悪い人がいます。静かにしませう。
- ◎保健室で手当てを受けた時は、家に帰ってから、お家の人に伝えてください。



けんこうしんだん
健康診断などで

お世話になる先生方

- 内科 西川 亨 先生
- 歯科 渡部 日恵 先生
- 眼科 宇野 毅 先生
- 耳鼻科 内田 邦明 先生
- 薬剤師 村山 和宏 先生

よろしくおねがひませう



健康診断が始まひませう
4月の予定

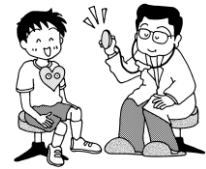
※4年生以外で色覚検査を希望する場合は、担任の先生に直接お伝えください。

4/12(火)	身体測定 : ポプラ・4・5・6年	27(水)	心臓検診 : 1年・抽出者
13(水)	身体測定 : 1・2・3年	28(木)	色覚検査 : 4年希望者
14(木)	歯科検診 : ポプラ・4・5・6年	5/2(月)	色覚検査 : 4年欠席者+希望者
15(金)	視力検査 : 1・2・6年	6(金)	眼科検診 : 全学年
18(月)	視力検査 : 3・4・5年	10(火)	耳鼻科検診 : 全学年
19(火)	尿検査1次回収日 : 全学年	17(火)	内科検診 : ポプラ・1・2・3年 尿検査2次回収日 : 該当者のみ
20(水)	視力再検査 : 1・2・3・4年 視力・聴力検査 : ポプラ 尿検査1次予備日 : 未提出者	18(水)	内科検診 : 4・5・6年 尿検査2次予備日 : 未提出者
21(木)	歯科検診 : 1・2・3年	19(木)	歯科検診9:00~ : 欠席者のみ ブラッシング指導 2・4・6年(2・3時間目)
25(月)	視力再検査 : 5・6年 聴力検査 : 3・5年	6/3(金)	心臓検診予備日 : 欠席者 総合福祉
26(火)	聴力検査 1・2年	17(金)	せきちやくわん けんしん ねん 脊柱側弯検診 : 5年
		7/15(金)	せきちやくわん けんしん よびび けっせきしゃ 脊柱側弯検診予備日 : 欠席者

健康診断の日時は状況によって変更する場合がございます。ご了承ください。



健康診断が始まります!



内科検診のまえに...自分でチェック!

おうちの人といっしょに(○)をつけてみましょう。

せぼねチェック

() けんこうこつのはたかさはおなじ?

() "こんにちば"をしたときのせなかのたかさはおなじ?

右と左のたかさがちがって見えるときは、せぼねがまがっているうたががあります...

ぜんしんチェック

() かおいろはいいですか?

() ぜいぜいしていない?

() ひふはカサカサポツポツしていない?

() むねのほねへんな形をしていない?

() そのほか気になるところはないですか?

検査の結果はどうなるかな~?

みやくはくチェック

左の手のひらを上にむけ、手首のおやゆびがわを、右手のゆび3本でさわってみよう。

みやくはくの強さやリズム・数で心ぞうのようすがわかります。

1分間で、おとなは65~80回、こどもは80~90回くらいです。

() リズム正しく、とっくん とっくんしているかな。

内科検診では、先生がみなさんのからだの中の、とっても小さな音をききます。まわりがさわがしいときこえなくなってしまうので、おしゃべりをしたり、足音をたてないでしずかに自分の順番がくるのを待つようにしましょう。

耳鼻科検診の受けかた。

耳をみますのでかみの毛は耳にかからないように。

横をむいてすわり、耳をみてもらいます。先生は、耳鏡という道具で耳のおくをのぞきます。

前をむいてすわったら、鼻の中をみてもらいます。先生は鼻鏡という道具を使います。

口を大きくあけてのどをみてもらいます。先生は舌圧子という道具を使って舌(べろ)をおさえます。

検査の前日には、耳は鼻のそうじをきれいにしておきましょう

眼科検診の受けかた。

眼科検診を受ける前に... 前がみの長い人はいませんか?

目にかからないように、きちんととめるか、切っておきましょう!

目の前にかみの毛がちらついていると視力がおちてくることがあるので気をつけましょう。

検査を受けるときは... 先生の顔をみるようにしましょう。先生が目を見てくれます。

ちょっとまぶしいよ

おかげがいます!

視力検査の日は「めがね」を忘れずに!

歯科検診の日は朝、歯を磨いてくる!

尿検査の日は朝、一番の尿をとる!

保護者の方へ

フッ化物洗口について

志木市内全小学校でむし歯予防のためのフッ化物洗口が始まりました。ぜひ、生活習慣の中に正しい歯みがきを入れること、むし歯は早く歯科医にかかることを意識し、お子様の歯を一生健康に保てるよう、保護者の皆さまのご協力をお願いいたします。

保健室利用について

- ①保健室の処置は応急的なものです**
保健室はその日の学校の怪我の応急処置のみ行います。毎日の手当ては家庭でお願いします。
- ②ベッドでの休養は1時間までです**
1時間の休養で回復しない場合は早退させます。
- ③保健室では薬は出せません**
保健室では内服薬を与えることはできません。病院で処方された薬、飲みなれた薬を持参させてください。

自宅での朝の健康観察について

○話しぶり、表情、食欲の有無等について注意し、いつもと違うとき、顔色が悪い、体温が37℃以上ある（平熱より1℃高い）などの場合は無理をさせず、登校をお控えいただくようお願いします。

⇒新型コロナウイルス感染症予防のため、毎朝検温して**健康カード**に記入・押印をお願いします

欠席連絡について

○連絡帳以外で連絡する場合は、**さくら連絡網**にてお願いします。詳細については細かく記入してください。PCR検査受検などについては受検する前に必ず学校に電話で連絡してください。

⇒休日に陽性判明が出た場合は、さくら連絡網にてお知らせください。

出席停止について

○下記のような病気（学校感染症）にかかったときは「出席停止」となります。かかりつけ医に連絡し、受診の有無を相談してから受診してください。学校から「登校届」をお渡ししますので、医師からの指示を**保護者の方が「登校届」に記入**し、治って登校する際に本人に持たせてください。

※新型コロナウイルスの感染不安・風邪症状等で**医者にかからず、保護者の方の判断で休ませる場合**も「登校届」が必要になりますので学校に提出をお願いします。

★「登校届」は学校ホームページからでもダウンロードできます。

<学校感染症>

新型コロナウイルス感染症（COVID-19）・インフルエンザ・百日咳・水痘（みずぼうそう）・流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）・麻疹（はしか）・風疹・結核・咽頭結膜熱（プール熱）・髄膜炎菌性髄膜炎・マイコプラズマ肺炎・溶連菌感染症・感染性胃腸炎・急性出血性結膜炎・流行性角結膜炎（はやり目）・手足口病・腸管出血性大腸菌感染症・伝染性紅斑（りんご病）等

新型コロナウイルス感染症関連の出席停止について

①本人を含む同居家族が発熱をしている（37度以上もしくは平熱より1度高い）

②本人を含む同居家族がPCR検査を受けた・陽性判明が出た

⇒ 早急に学校に連絡してください

③風邪症状（咳・頭痛・腹痛など新型コロナウイルス感染症が疑われるもの）で休む場合

④新型コロナウイルス感染症ワクチン接種・副反応で休む場合

※上記の理由で出席停止として休む場合は必ず「登校届」の提出をお願いします。

※新型コロナウイルス感染症の対策については流行の状況で変更される場合がありますので、その都度ご連絡させていただきます。

※児童の登校時、保護者の皆さまの来校時には必ずマスクを着用してください。

（忘れた場合は学校から渡します）



日本スポーツ振興センターについて

学校の管理下でけがをし、受診した場合、「独立行政法人日本スポーツ振興センター」より医療費が給付されますので、学校にお知らせください。

○学校の管理下とは…

- ・授業を受けている時（各教科・遠足・掃除など）
- ・学校の教育計画に基づいて行われる課外活動を受けている時（宿泊学習など）
- ・登下校中（しかし通学路以外で登下校した場合は対象外）



○以下の場合の対象外となりますのでご了承ください

- ・保険診療の合計が1,500円未満の場合。なお、保険診療以外（200床以上ある病院の特別療養費、歯科での保険外診療など）は合計されません。
- ・災害発生から2年間請求されなかったもの ⇒ 資料は1か月ごとに提出してください。

※学校管理下で発生したけがについては、一度実費でお支払いいただき、この制度を利用してください。「志木市子ども医療費助成制度」等のほかの制度を利用した際は、1割請求することができます（保険診療合計が1,500円以上の場合）。また、申請する場合は、病院等の領収書の**原本**の提出が必要です。

健康診断結果のお知らせについて

歯科検診

★「歯・口腔の健康診断結果のお知らせ」を配布します。

<経過観察> ⇒ おし歯や歯肉炎になりかけています。日々の歯みがきを丁寧に行い、経過を見て歯医者さんへの相談も必要です。

<受診のお勧め> ⇒ 早めに歯科医を受診し、結果を学校にお知らせください。

※歯科検診の結果は全員に配布します。特に問題の無い児童は現在の状態を継続し、健康な歯を保つようお願いいたします。



耳鼻科・眼科検診

★「治療のお願い」を配布します。**配布された児童は医師の許可が出るまでフールに入れません。**

早めに受診し、**学校に治療証明書を提出**してください。

視力検査

★裸眼・矯正（眼鏡・コンタクト使用）視力がB（0.9～0.7）、C（0.6～0.3）、D（0.3未満）の児童には「お知らせ用紙」を配布します。「C」や「D」の場合、学習や生活面にも支障をきたしますので、早めに病院を受診するようお願いいたします。

保健室からのお願い

①お子様がおもらしをしてしまった場合、保健室にある新品の下着をお貸しします。後日、新しい下着を買って保健室に返却してください。シャツやズボン等が汚れた場合も貸し出しをしています。こちらは洗って返却してください。

②保健室では時々、朝から具合が悪く、ぐったりしている子や朝から熱のある子を見かけます。起きたら、お子様の顔色や様子を見るなど、ご家庭での健康観察をお願いいたします。

③お子様が睡眠・食事・排泄便等、規則正しい生活習慣が出来ているか確認をお願いいたします。

④4月は学年はじめて、子どもたちも不安や緊張があり、疲れやすいことと思います。ご家庭でも体もゆっくり休ませてあげるよう、お願いいたします。

⑤ご家庭でのけがの手当ては、ご家庭でするようお願いいたします。（絆創膏・包帯の替えなど）

