ほけんだより　4月

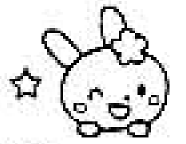
平成２４年４月２０日
上依知小学校　保健室

入学・進級
おめでとうございます

今週になって１～３年生でかぜ・インフルエンザ（Ｂ型といわれる人が多いです。）の欠席が多くなり、２年学年閉鎖・３年２組学級閉鎖をしています。みなさん、うがい・手洗いなどの予防をしっかりして、これ以上かぜ・インフルエンザを流行させないようにしましょう！

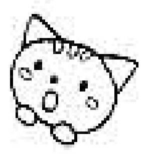
「みんなでとりくめる予防法」

☆十分すいみんをとってつかれをためないようにしましょう。
☆外から帰った時、運動・そうじ・トイレに入った後、食事の前には、石けんでの手洗いと、うがいをしっかりしましょう。（ハンカチ・ハンドタオルは毎日とりかえて、清潔なものを持ち歩きましょう。）
☆せき・くしゃみが出ている時は、マスクをつけましょう。



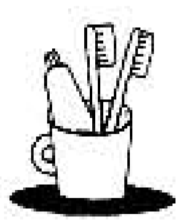
4月の保健目標：自分のからだを知ろう

４月から５月にかけて健康診断を行います。健康診断では、
☆バランスよく成長しているか　☆早く治さなければならない病気がないか
☆運動や勉強をするときに困ることはないか　などを調べます。



☆準備してきましょう

☆内科検診の日には、ぬぎ着がしやすいような服装にしましょう。また、髪の毛が長い人は、できるだけまとめてきましょう。
☆歯科検診の日は朝の歯みがきをわすれずにしてきましょう。（５・６年生は、午後からの検診になるかもしれませんので、歯みがきセットを忘れずに持ってきましょう）
☆耳鼻咽喉科検診の前には耳そうじをしましょう。また、耳に髪の毛がかからないような髪型にしましょう。
☆眼科検診の日は、前髪で目がかくれないような髪型にしましょう。



検査のじゃまにならない髪型に。

☆当日気をつけましょう

☆静かにならんで待ち、前の人のやり方をよく見ておきましょう。
☆名前をよばれたらはっきり返事をしましょう。

4・5月の健康診断スケジュール

４　月
20日（金）聴力検査：５年
24日（火）内科・結核検診（13:30～）：1，2，3年
（２年は学年閉鎖のため、日程がかわっています。）

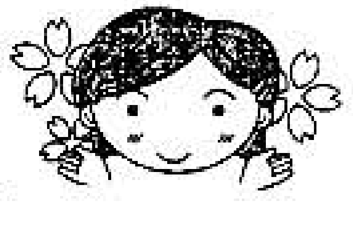
５　月
8日（火）眼科検診（9:00～）：全学年
11日（金）心臓検査（9:00～）：１年
15日（火）耳鼻咽喉科検診（13:30～）：2，5年
17日（木）歯科検診（9:00～）：全学年

校医の先生方を紹介します

☆検診，環境検査などでお世話になります。お会いしたときは、元気にあいさつをしましょう。
☆歯科の先生は、今年度から新しくお世話になります。

内　　科：久保田千鳥先生（ちどりこどもクリニック）
歯　　科：上杉英作先生（上杉歯科医院）
耳鼻咽喉科：大森剛哉先生（大森耳鼻咽喉科医院）
眼　　科：横田弘幸先生（石橋眼科クリニック）
薬剤師：栗山景子先生

○保健室を担当します養護教諭の川上智子です。
保健室では、みなさんが楽しく元気に学校生活がすごせるようにお手伝いをします。心や体の健康について、いっしょに考えたり勉強したりしていきましょう。１年間どうぞよろしくお願いします。



保健室から保護者の皆様へ

お子さんのご入学、ご進級おめでとうございます。
学校生活でお子さんが勉強・運動などに積極的に取り組み、毎日を楽しく過ごすためには、何よりも健康であることが大切になると思います。保健室では、お子さんが心身ともに健康な学校生活を送るための援助をしていきたいと考えております。

１．保健室の利用について

保健室は、学校保健活動の中心の場として運営され、教育活動でのケガや病気の応急処置を行うことのほかに、健康診断や健康相談等を通じて、健康管理や保健指導を行っています。
その運営上、次の点についてご理解とご協力をお願いいたします。
①お子さんが学校で具合が悪くなり早退させる時や、ケガなどで病院へ連れていく時に保護者の方へ電話で連絡をします。その際に連絡がつかなくて困ることがありますので、緊急時の連絡先を必ずお知らせください。（生活カード・保健調査票に記入後、変更がありましたら、担任まで連絡をお願いします。）
②朝の登校前から体調が悪くても無理をして登校し、登校後すぐに保健室へ来室するお子さんもいます。学校では十分に休養できませんので、朝のお子さんの健康状態をよく観察していただき、体調が悪い場合にはご家庭で休養させてください。
③保健室では学校でケガをした当日の応急処置をします。ご家庭でのケガ・翌日以降の処置は、ご家庭か医療機関でお願いいたします。なお、学校では内服薬は用意してませんのでご了承ください。
④保健室では随時健康に関すること等の相談を受けます。何かございましたら、ご連絡ください。　　　　（上依知小学校　℡．２４６－２８８４）

２．学校伝染病による出席停止

学校伝染病にかかると、出席停止になります。ただし、この場合は欠席にはなりません。病院で学校伝染病と診断されたら、すぐに学校へ連絡してください。
「出席停止通知書」と「治ゆ証明書」の用紙を渡しますので、登校するときには病院で書いてもらった「治ゆ証明書」を持ってきてください。

学校伝染病（例）
インフルエンザ，百日咳，麻疹（はしか），流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）
風疹（三日ばしか），水痘（水ぼうそう），咽頭結膜熱，結核，腸管出血性大腸菌感染症，流行性角結膜炎（はやり目），急性出血性結膜炎，溶連菌感染症等

３．日本スポーツ振興センターについて

平成２３年７月１日から、学校管理下のケガ等については、子どもの医療費助成制度の医療証を使用しないで、「日本スポーツ振興センター」の災害共済給付制度で対応することとなりました。学校管理下のケガ等で医療機関を受診する場合は、窓口でいったん自己負担分（医療費総額の３割）をお支払いいただき、災害給付制度から医療費の給付を受けてくださるようお願いいたします。
＊学校管理下のケガ等で医療機関にかかったときは担任まで連絡をお願いします。（申請に必要な用紙は学校にあり、担当の養護教諭がご説明いたします。）
＊申請の留意事項
・医療費が健康保険の範囲で、総費用が診療点数で５００点以上の場合が対象になります。診療点数が５００点未満の場合は、医療証での受診ができます。
・申請に必要な書類の記入に文書料がかかる医療機関があります。文書料は、保護者負担となります。
・事故発生後２年以内に最初の申請を行わないと、対象外となります。
・申請から医療費の給付まで数カ月かかりますのでご了承ください。

４．インフルエンザ・かぜの発生について

今週になってから、低学年でインフルエンザ（Ｂ型の診断が多いです。）・胃腸炎・発熱等での欠席が多くなりました。特に欠席が多かった２年生と３年２組では、２２日（日）まで学年・学級閉鎖を行っています。
◎感染拡大を防ぐために、ご家庭でも以下のご協力をお願いいたします。
○朝の健康観察をお願いします。朝からお子さんの体温が高いときや体の調子が悪いときは、様子を見て登校を判断してください。
○ご家庭でも手洗いうがいに努めてください。
○毎日ハンカチやハンドタオル等とティッシュをお子さんに持たせてください。
○せき・くしゃみの症状があるときは、マスクをさせてください。
○休日の過ごし方にご注意ください。（疲れをとる、人ごみをさける等）

◇◇◇今年一年間、どうぞよろしくお願いいたします。◇◇◇