

# ほけんだより 4月

## 4月の保健目標：健康診断を正しく受けよう

附属小学校のみなさん、ご入学、ご進級おめでとうございます！

桜など花がきれいに咲く季節になりましたね。春らしい陽気の中にも、朝夕は少し冷える「花冷え」の日があります。新しい学年が始まり、ドキドキとワクワクが入り混じる4月。体調に気をつけながら、すてきな1年間にしてくださいね。

### 健康診断がはじまります！

今月から健康診断がはじまります。健康診断では、みなさんのからだの様子や健康状態をしらべます。

なぜ、健康診断をするのでしょうか。それは、からだの状態や成長の様子がわかるので、異常や病気を早くみつけたり、早くなおしたりできるからです。また、自分のからだについて知ると、健康に興味が出てきたり、健康に生活するための目標がわかったりします。

健康診断は、みなさんの健康のために大切なものです。ふざけたり、さわいだりせず、きちんと受けましょう。

#### しらべること

- 身体計測…身長・体重から、成長の様子はどうか
- 内科…心臓や肺、骨、皮ふの様子、栄養がとれているかどうか
- 運動器…手や足、骨、関節などに異常や病気がないか
- 歯科…歯やあご、歯肉（歯ぐき）に異常や病気がないか
- 耳鼻科…耳・鼻・のどに異常や病気がないか
- 眼科…目や目のまわりに異常や病気がないか
- 視力…目がどのくらい見えているか
- 聴力…耳がどれくらい聞こえているか
- 結核…「結核」という病気のうたがいがいいか
- 尿…腎臓病や糖尿病などのうたがいがいいか



右の表の通り、4月、5月、6月と健康診断がたくさん予定されています。

それぞれの検診について、1週間ほど前に説明の書いたお便りをクラスに1枚配布します。日程や必要な持ち物、どんな健康診断をするのかなどが書いているので、必ず担任の先生と一緒に確認してください。

つき月	にち ようび 日・曜日	けんしんないよう 検診内容	がくねん 学年	も もの ちゅういじこう 持ち物や注意事項など
4月	にち もく 9日(木)	しんたいけいそく 身体計測 しりょくちようけんさ 視力聴力検査	がくねん 3・5年	も もの たいそうふく 持ち物：○体操服 ○めがね(持っている人) ちゅうい 注意： ○ペア学年で色組ごとに 行います。 ○4・6年は聴力検査を行いません。
	にち げつ 13日(月)	しんたいけいそく 身体計測 しりょくちようけんさ 視力聴力検査	がくねん 1・6年 (1・2組)	とうじつわす 当日忘れないように、前日から自分で準備しよう！
	にち か 14日(火) ※予備日：15日(水)	にようけんさ 尿検査(1次)	ぜんがくねん 全学年	ぜんじつ じぶん じゅんぴ 当日忘れないように、前日から自分で準備しよう！
	にち すい 15日(水)	しんたいけいそく 身体計測 しりょくちようけんさ 視力聴力検査	がくねん 1・6年 (3組)	じょうき けんしんたいけいそく ないよう おなじ 上記 身体計測の内容と同じ
	にち もく 16日(木)	しんたいけいそく 身体計測 しりょくちようけんさ 視力聴力検査	がくねん 2・4年	
	にち きん 17日(金) ※予備日：5月28日(木)	しんでんずけんさ 心電図検査	がくねん 1年	も もの たいそうふく はだぎ とく してい 持ち物：○体操服 ○肌着(特に指定なし) ちゅうい あさいえ はだぎ き 注意：朝、家から肌着を着てきましょう。肌着の状態で行います。
	にち げつ 20日(月)	ないかけんしん 内科検診	がくねん 6年	も もの たいそうふく 持ち物：○体操服 ○タンクトップ(肩が見える肌着)
5月	にち か 21日(火)	ないかけんしん 内科検診	がくねん 3年	ちゅうい 注意： あさいえ はだぎ き 朝家から肌着を着てきましょう。レギンスやタイツはぬいでおきましょう。 肌着を着た状態で行いますが、せなかのゆがみやアトピーがないかを みるために、肌着をめくって、校医の先生にみてもらうことがあります。
	にち げつ 11日(月)	ないかけんしん 内科検診	がくねん 4年	あさいえ はだぎ き 朝家から肌着を着てきましょう。レギンスやタイツはぬいでおきましょう。 肌着を着た状態で行いますが、せなかのゆがみやアトピーがないかを みるために、肌着をめくって、校医の先生にみてもらうことがあります。
	にち か 12日(火)	ないかけんしん 内科検診	がくねん 1年	あさいえ はだぎ き 朝家から肌着を着てきましょう。レギンスやタイツはぬいでおきましょう。 肌着を着た状態で行いますが、せなかのゆがみやアトピーがないかを みるために、肌着をめくって、校医の先生にみてもらうことがあります。
	にち か 12日(火) ※予備日：13日(木)	にようけんさ 尿検査(2次)	たいしやうしや 対象者	がくつ にち じけんさ けつせき げつけい りゆう ていしつ 4月14日の1次検査を、欠席や月経などが理由で提出できなかった 場合は2次検査の日に提出しましょう。
	にち か 26日(火)	ないかけんしん 内科検診	がくねん 2年	じょうき ないかけんしん ないよう おなじ 上記 内科検診の内容と同じ
	にち もく 28日(木)※予備日なし	せきちゆう モアレ(脊柱) けんしん 検診	がくねん 5年	も もの たいそうふく 持ち物：○体操服 ○脱ぎ着のしやすい肌着や下着 ちゅうい ひとりひとりうえ ふく ぬ せぼね けんさ 注意：一人一人上の服を脱いで背骨にゆがみがないか検査します。 服を脱いで検査をすることに心配がある人は、事前に保健室の先生に 教えてください。予備日がないのでできるだけ休まないようにしましょう。
	にち きん 29日(金) ※予備日：6月2日(火)	がんかけんしん 眼科検診	がくねん 1・4年	も もの たいそうふく 持ち物：めがね(持っている人)
6月	にち げつ 1日(月)※予備日なし	ないかけんしん 内科検診	がくねん 5年	じょうき ないかけんしん ないよう おなじ 上記 内科検診の内容と同じ 予備日がないのでできるだけ休まないようにしましょう。
	にち すい 3日(水)	しかけんしん 歯科検診	がくねん 1・6年	ていねいに歯をみがいてきましょう！ きょうせい している ひと は ちく しんばい 矯正をしている人や、歯や口のことで心配なことがある人は、 けんさう とき おし 検査を受ける時に教えてください。
	にち すい 10日(水)	じびかけんしん 耳鼻科検診	がくねん 1・4年	みみそうじ とき みみ きず 耳掃除をする時は、耳を傷つけない程度でしょう！ 予備日がないのでできるだけ休まないようにしましょう
	にち すい 17日(水)	しかけんしん 歯科検診	がくねん 2・4年	じょうき しかけんしん ないよう おなじ 上記 歯科検診の内容と同じ
	にち きん 19日(金)	しきかけけんさ 色覚検査	がくねん 4年	きぼうしや おこな 希望者だけ行います。
	にち すい 24日(水)※予備日なし	しかけんしん 歯科検診	がくねん 3・5年	じょうき しかけんしん ないよう おなじ 上記 歯科検診の内容と同じ

保護者の皆様、お子さまのご入学、ご進級おめでとうございます。

お子さまが健康に学校生活を過ごすために、たくさんのお知らせにはなってしまいますが、以下「保健室からのお願い」について、ご確認、ご協力のほどよろしくお願いします。

その他からだに関わることで、何か気になることがありましたら、お気軽に担任教諭や養護教諭までお知らせください。今年度もどうぞよろしくお願いいたします。

## 1. 救急処置について

保健室では学校管理下における傷病に対する「応急処置」を行うことができますが、「治療」を行う機能や設備はもっていません。また、継続した手当てについても行うことはできません。

▶「学校での介助が必要」と医師からの指示がある場合以外、原則、以下のことはできません。

(1) ばんそうこうや湿布等の継続した交換

(2) 教員による投薬(内服薬の服薬や喘息発作時の吸入、座薬の挿入等)及び薬の預かり

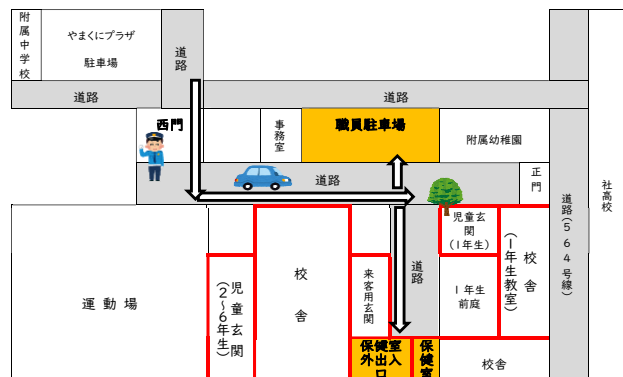
## 2. 体調不良での休養と保護者迎えについて

保健室での休養は、原則1時間とし、回復の見込みがない場合は、ご自宅での休養をお願いしています。

学校からの連絡があった場合には、出来る限り早く迎えに来ていただきますようご協力をお願いいたします。

お迎えの際は、右の図を参考に、小学校敷地内に

車で入っていただくことが可能です。



## 3. 欠席連絡について

欠席、遅刻、早退の連絡は、毎朝8時40分までに BLEND を通じてお願いします。

なお、お子さまが安全に学校生活を送るためにも、登校前の段階でいつもと様子が違うと感じる時には無理をさせず、ご自宅で休養していただくようにお願いします。

## 4. 貸し出し物品について

学校生活の中で衣類が汚れてしまった場合に、保健室備品を貸し出すことがあります。その場合、ご家庭で洗濯後返却をお願いします。下着については、衛生上、新品のものを返却いただくようお願いします。

## 5. 健康診断の結果について

健康診断で異常の疑いがあった場合にのみ、お便りでお知らせします。水泳学習開始までに医療機関を受診し、受診結果を学校へ提出いただきますようよろしくお願いいたします。

なお、異常がなかった場合には、すべての健康診断結果を一覧にしたものを1学期末にお渡しします。

## 6. スポーツ振興センター災害給付について

災害共済給付制度とは、お子さんが「学校の管理下」でけがなどを負った際、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」は以下の通りです。

- ①各教科授業や遠足、修学旅行、掃除など学校行事中
- ②部活動、林間学校、臨海学校など学校の教育計画に基づく課外指導中
- ③業間休み、昼休み、始業前、放課後など学校の定めた特定期間中
- ④登校中、下校中
- ⑤その他(学校外での授業、集合・解散場所と住居・寄宿舎との間の合理的な経路など)

負傷(ねんざ・骨折など)や疾病(熱中症など)では、原則的に初診から治癒までの医療費総額が5,000円以上(本人負担分1,500円以上)の場合に給付対象となります。なお、申請の際には、受診した医療機関による証明が必要です。

お子さんのけが・病気については、欠席・遅刻や医療機関への受診状況なども含め、なるべく早めに学校までお知らせください。



## 7. 出席停止について

医療機関で学校感染症(インフルエンザ、新型コロナ、水ぼうそう、溶連菌、感染性胃腸炎など)と診断された場合、欠席ではなく出席停止の扱いとなりますので、必ず学校まで連絡いただきますようお願いいたします。

また、感染症完治後、初めて登校する日にはFormsによる登校園報告書の回答必要となります。

登校園報告書は、右のQRコードを読み取り、ご回答ください。



## 8. 朝の健康観察について

お子さんが楽しく、元気に学校生活を送れるように、また、病気や異常の早期発見のためにも、登校前の朝の健康観察をお願いします。

ココをチェック!

- ぐっすり眠れている
- いつもと変わりがなく元気そう(頭やおなかなどを痛がる様子はない)
- 朝ごはんを食べた
- 発熱していない
- 表情は明るい

もしお子さんの体調面や心理面で何か気にかかることがありましたら、担任・養護教諭までお気軽にご相談ください。お子さんの健康を守り、成長を見守る「チーム」として、一緒にサポートしていきましょう。

