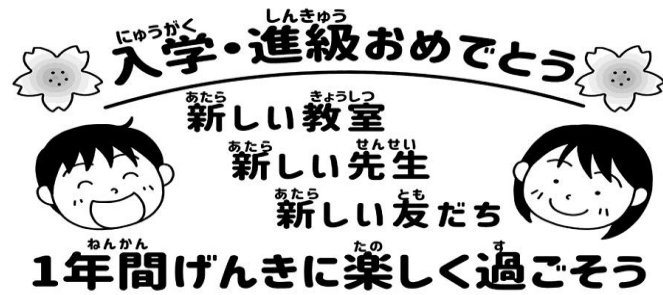


# ほけんだより 4月

R4.4  
鏡山小学校保健室



新学期がスタートしました。新しい学年になって元気に登校出来ていますか？いよいよピカピカの1年生を迎え、新しい鏡山小学校がスタートします。保健室では、みなさんの健康を、いろいろな場面でサポートしていきます。1年間よろしくおねがいします。

## 健康診断

| 月  | 日  | 曜             | 項目              | 対象学年                     | 用意するもの・注意事項                          |
|----|----|---------------|-----------------|--------------------------|--------------------------------------|
| 4  | 7  | 木             | 視力検査            | 6の1・2・3                  | 持っている人はメガネ                           |
|    | 8  | 金             | 視力検査            | 6の4・6の5                  | 持っている人はメガネ                           |
|    | 11 | 月             | 視力・聴力検査         | 5の1・2・3                  | 持っている人はメガネ                           |
|    | 12 | 火             | 耳鼻科健診           | 3年生                      | 耳掃除、ヘアピンで髪をとめて耳を出しておく。               |
|    | 13 | 水             | 耳鼻科健診           | 4年生                      | 耳掃除、ヘアピンで髪をとめて耳を出しておく。               |
|    | 14 | 木             | 視力・聴力検査         | 5の4・5の5                  | 持っている人はメガネ                           |
|    | 15 | 金             | 発育測定            | 全学年                      | 体操服、髪型注意（上や真後ろで結ばない）                 |
|    | 18 | 月             | 視力・聴力検査         | 2の1・2・3                  | 持っている人はメガネ                           |
|    | 19 | 火             | 視力・聴力検査<br>眼科健診 | 2の4・5<br>3・6年生           | 持っている人はメガネ                           |
|    | 20 | 水             | 検尿一次            | 全学年                      | 忘れずに持って来る。                           |
|    | 21 | 木             | 視力・聴力検査         | 3年1・2・3                  | 持っている人はメガネ                           |
|    | 22 | 金             | 心臓健診<br>耳鼻科健診   | 1年生<br>1年1・2・3・4         | 前あきの服、短パン。<br>耳掃除、ヘアピンで髪をとめて耳を出しておく。 |
|    | 25 | 月             | 視力・聴力検査         | 3の4・5                    | 持っている人はメガネ                           |
|    | 26 | 火             | 視力検査            | 4の1・2・3                  | 持っている人はメガネ                           |
| 27 | 水  | 視力検査<br>検尿予備日 | 4の4・4の5<br>忘れた人 | 持っている人はメガネ<br>忘れずに持って来る。 |                                      |
| 5  | 9  | 月             | 視力・聴力検査         | 1の1・2・3                  | 持っている人はメガネ                           |
| 月  | 10 | 火             | 視力・聴力検査<br>眼科健診 | 1の4・5<br>2・5年生           | 持っている人はメガネ                           |

※旧漢字が使えま  
ので、検尿容器等  
が違う人がいます  
了承ください。  
(吉、徳、崎など

※旧漢字が使えませんので、検尿容器等で字が違う人がいます。ご了承ください。（吉、徳、崎など）

これ以降の日程は5月号でお知らせします。

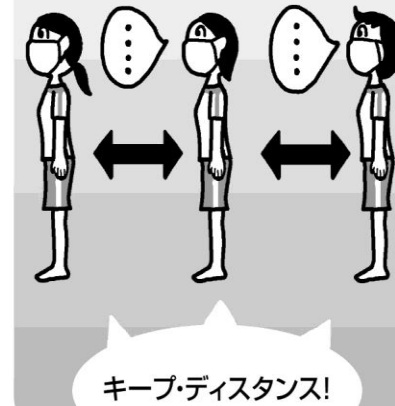
### <検尿について>

◇ 朝採ったが、学校に持っていくのを忘れた ⇒ 朝10時半までなら受付できます。おうちの方が学校に持ってきてください。持って来れない場合、新しい容器をお渡ししますので、容器を使ってしまったことを必ず担任にお知らせいただき、予備日の朝に採り直して持ってきて下さい。

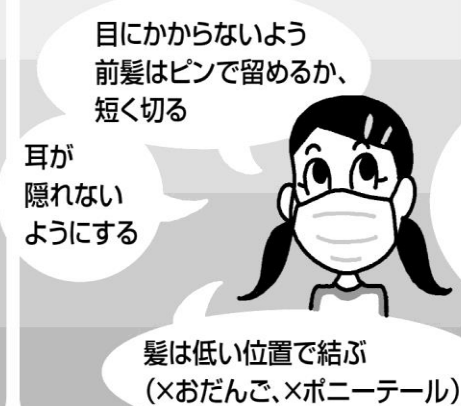
◇ 朝採り忘れた・生理中 ⇒ 予備日の朝に採って持ってきてください。容器はそのまま使えます。

## 健康診断での諸注意

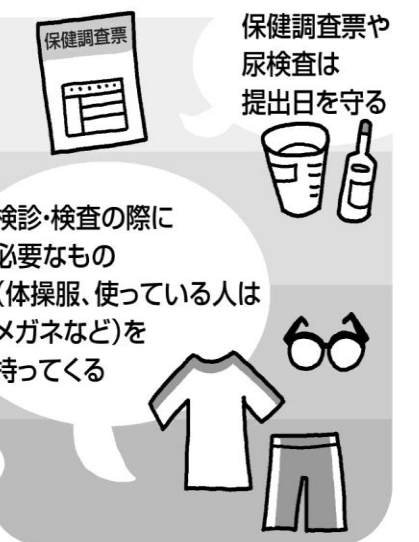
順番待ちの際は  
おしゃべりをせず、  
間隔をあけて並ぶ



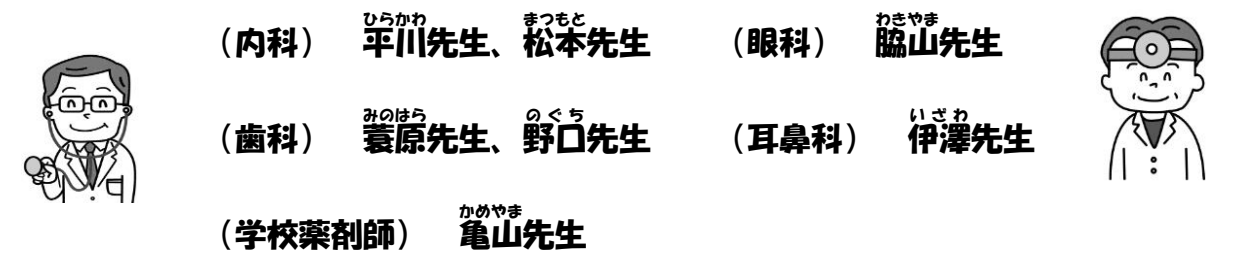
髪が長い人は、  
検診・検査の邪魔に  
ならない髪型にしておく



忘れ物をしない  
ようにする



## 学校医の先生方



※健康診断は大切な個人情報です。間違えて記録してしまうことがないように、名札をつけて健康診断を受けましょう。

## 規則正しい生活リズムで元気!



準備していますか



→裏もあるよ!



|                                                                                 |                                                                                 |                                                   |                                                        |
|---------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|
| <p><b>目 的</b></p> <p>ケガをしたときの救急処置</p>                                           | <p><b>目 的</b> <small>だいじょうぶ？</small></p> <p>体の調子がすぐれない</p>                      | <p><b>目 的</b></p> <p>体や健康について学びたい</p>             | <p><b>目 的</b></p> <p>心配事や悩みを相談したい</p>                  |
| <p><b>注 意</b></p> <p>きこの、<br/><b>NG</b><br/>かえて～</p> <p>継続的な手当ではできません。家でしてね</p> | <p><b>保健室を利用するときの約束</b></p> <p>必要なときに必要な人が利用できるように、目的やルールを守って、保健室を利用してください。</p> |                                                   | <p><b>注 意</b></p> <p><b>Sorry</b></p> <p>内服薬は出せません</p> |
| <p><b>ルール</b></p> <p>先生にことわってから来る</p>                                           | <p><b>ルール</b></p> <p>入室退室時にはあいさつ</p>                                            | <p><b>ルール</b></p> <p><b>NG</b></p> <p>室内では静かに</p> | <p><b>ルール</b></p> <p>いいですかあ？</p> <p>備品等に勝手に触らない</p>    |

**おねがい**

学校で着替えをお貸しする時は、下着（パンツ）だけは**新品を渡します**ので、**同じサイズのを新しく購入して、パッケージに入れたままお返し下さい。**その他の衣類は、洗濯してお返し下さい。

## ❀保健室の先生です❀



ようごきょうゆ  
養護教諭

みやざき  
**宮崎 早耶佳**

こんねんど かがみやましよう お せ わ みやざき  
今年度より鏡山小にお世話になります宮崎です。みなさんが、げんき たの がっこうせいかつ おく てつだ  
元気で楽しく学校生活を送れるように、お手伝いします。どうぞよろしくおねがいします。

かがみやましよう ねん め みのだ やく ねんいくきゅう  
鏡山小 5年目になりました養田です。（約2年育休をはさみましたが）みなさんの心と体のサポートをしていきます。よろしくおねがいします。



ようごきょうゆ  
養護教諭

みのだ か な  
**養田 香葉**

## 毎朝の健康観察をお願いします。

お子さんの健康状態は、保護者の方が一番よくご存じだと思います。無理をして登校すると、楽しいはずの学校生活が、苦痛な一日となってしまいます。以下のことを参考に、毎朝健康観察をお願いします。

●寝起きはよかったですか。●食欲はありますか。●顔色はいいですか。●熱や頭痛、咳やのどの痛みはありませんか。●発疹はありませんか。●下痢や便秘をしていませんか。●睡眠は十分にとれていますか。●何となく元気がなかったり、登校をしぶったりしていませんか。※毎朝検温・マスク準備も忘れずに

☆ 病気の症状があった時は、無理をせず自宅で様子をみられて下さい。その際の学校への連絡は朝 8:00 までをお願いします（遅刻・欠席連絡がなく学校に来ていないと、事件・事故に巻き込まれたのではないかと心配します…）また、気になることがある時は、連絡帳に記入したり電話等で、担任へ連絡をお願いします。

鏡山小 ☎ : 0955-77-0305

## 学校感染症について

集団生活の場である学校では、いろいろな感染症が流行することがあります。下記の感染症にかかった場合『出席停止』となります。（欠席扱いにはなりません）

必ず病院を受診し、医師からの登校許可が出てから登校させて下さい。

|             |                  |                 |
|-------------|------------------|-----------------|
| コロナ・インフルエンザ | 水痘（水ぼうそう）        | 流行性耳下腺炎（おたふくかぜ） |
| 溶連菌感染症      | 手足口病             | 流行性角結膜炎（はやり目）   |
| 麻疹（はしか）     | 風疹（三日ばしか）        | 咽頭結膜熱（プール熱）     |
| 伝染性紅斑（リンゴ病） | その他医師が出席停止と認めたもの |                 |

## 学校でけがをしたら

学校でケガをした場合は病院や薬局の窓口で、学校でケガしたことを伝えてください。学校でのケガは、唐津市の医療費助成よりスポーツ保険（日本スポーツ振興センターの災害共済給付制度）が優先されます。

●給付をうけられるのは…

授業中、休み時間、登下校中、学校行事など、学校の管理下でケガをして、病院を受診した時

●手続きは…

必要な書類をそろえて頂ければ、学校で手続きをしますので、事前に担任の先生か保健室に連絡をして下さい。なお受診した時の領収書は、**必ず保管**しておいて下さい。また、申請予定で書類を受け取り、まだ提出されていない方は早めをお願いします。災害共済給付を受ける権利は、その給付事由が生じた日から2年間行わない時は、時効によって消滅します

☆ 医療費の総額が5, 0 0 0点以下（窓口支払い1, 5 0 0円以下）は、給付対象外です。

☆ 1年生は、「同意書」を提出して下さい。印もれがないようにお願いします。