

健康診断が始まります

※必ず名札をつけて健康診断を受けましょう。



令和6年4月
唐津市立鏡山小学校
保健室

入学・進級おめでとうございます！

新しい一年が始まりましたね。学年が一つ上がり、胸を膨らませている人もいるかもしれません。そして、ピカピカの元気な1年生を迎え、新しい鏡山小学校がスタートします。しかし、新年度は、環境も変わって心も体も疲れやすいです。気負わず、自分のペースで過ごしてくださいね。



保健室では、みなさんの身体と心が健康に、すくすく成長するためのお手伝いをします困ったときはいつでも保健室に来てくださいね。どうぞよろしくお願いいたします。

保健室利用のルール！

行く前に先生に伝える

黙って保健室に行くとみんな心配します。ひとこと伝えましょう。



入退室のときはあいさつをする



入るときは学年・組・名前を教えてください。出るときはお礼も忘れずに。

保健室内では静かにする

ベッドで休んでいる人がいるかもしれません。大きな声は控えて。



けがの応急手当をする

「いつ・どこで・どんなふうに」けがをしたのかを教えてください。すり傷などは、自分で傷口を洗ってから来てくださいね。

体調が悪い時に休む

元気に教室に戻れるように、ベッドで休むことができます。風邪をひいているときなどは、お家にかえってもらうこともあります。

話を聞いてもらう

悩みや困っていることがあれば、相談してください。話すだけで心が軽くなるかもしれません。もちろん内容は誰にも言いません。

体や心について学ぶ

みなさんの心と体は毎日成長しています。身長や体重、病気のこと、性のこと……。疑問や不安があれば、いつでも聞きに来てください。

治療や手当の「つづき」

保健室では応急手当や休養しかできません。「きのうのしづぶをとりにかえてほしい」などもNGです。病院に行って、治療を受けましょう。

薬を渡す

風邪薬やおなかの薬などは保健室ではもらえません。必要な薬は自分で持ってきてきましょう。

おぼえてね! ほけんしつ

🔍 できること ❌ できないこと

月	日	曜	項目	対象学年	用意するもの・注意事項	
4月	9	火	視力検査	6の1・2	持っている人はメガネ	
	10	水	視力検査	6の3・4・5	持っている人はメガネ	
	11	木	視力・聴力検査	5の1・2	持っている人はメガネ	
	15	月	視力・聴力検査	5の3・4・5	持っている人はメガネ	
	16	火	耳鼻科健診	6年生	耳掃除、ヘアピンで髪をとめて耳を出しておく。	
	17	水	耳鼻科健診	5年生	耳掃除、ヘアピンで髪をとめて耳を出しておく。	
	18	木	視力検査	4の1・2	持っている人はメガネ	
	19	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)	
5月	22	月	心臓健診	1年生	前あきの服、短パン	
	23	火	視力検査	4の3・4・5	持っている人はメガネ	
	24	水	検尿一次	全学年	忘れずに持ってくる。	
	※旧漢字が使えませんが、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)					
	25	木	視力・聴力検査	3の1・2	持っている人はメガネ	
	30	火	視力・聴力検査	3の3・4・5	持っている人はメガネ	
	1	月	視力・聴力検査	2の1・2	持っている人はメガネ	
	7	火	眼科健診	1年生・6年生	目に髪がかからないようにしておく。	
	8	水	視力・聴力検査 検尿予備日	2の3・4・5 一次未提出者	持っている人はメガネ 忘れずに持ってくる。	
	9	木	内科健診	4年生	体操服	
	13	月	視力・聴力検査	1の1・2	持っている人はメガネ	
	14	火	内科健診	5年生	体操服	
	15	水	視力・聴力検査	1の3・4・5	持っている人はメガネ	
	16	木	内科健診	6年生	体操服	
	17	金	内科健診	1の1・2・3 3の1・2	体操服	

これ以降の日程は5月号でお知らせします。



お世話になります! 学校医の先生方

- (内科) ひらかわ 平川先生、まつもと 松本先生
- (眼科) わきやま 脇山先生
- (歯科) みのはら 美原先生、のぐち 野口先生
- (耳鼻科) いざわ 伊澤先生
- (学校薬剤師) かめやま 亀山先生

昨年引き続き

→裏もあるよ!

健康診断って？ なにをするの？

みなさんの体に
病気や異常がないかを
調べます

詳しい検査や
治療を受ける
きっかけに



自分の体のことがわかります

成長のようすや
どのくらい健康か
知る手がかりに



自分の体のことを考える機会です

「もっと健康になるには？」
「これからも健康でいるには？」
いっしょに考えましょう



～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。※毎朝の検温も引き続き忘れずをお願いします。

☆ 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「はなまるアプリ」にて朝8:00までにお願いします（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、連絡帳に記入する等で、担任へ連絡をお願いします

～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…

日本スポーツ振興センターの
災害共済給付制度が使えます

学校の管理下でのケガ等が対象です



●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5,000点以下（窓口支払い1,500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。

※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。

<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。持って来られない場合、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。



おねがい

学校で着替えをお貸しするときは、下着(パンツ)だけは新品を渡しますので、同じサイズのものを新しく購入して、パッケージに入れたまま保健室までお返しく下さい。その他の衣類は、洗濯してお返しく下さい。

