

ほけんだより 4月

西郷小学校
保健室
R2. 4. 7(火)

入学・進級おめでとうございます。一年生だけでなく、どの学年の皆さんもピカピカな新たな気持ちでよい始まりにしていきましょう。4月から6月にかけて、健康診断を行っています。健康診断では、身長や体重を測ったり、お医者さんに診てもらったりします。健康診断を正しく受けて、自分の体のことを詳しく知り、これからも健康に過ごしていきましょう。生活や環境がかわり体調がすぐれない人や気持ちが落ち着かない人もいられるかもしれません。生活リズムを整え健康に気をつけて過ごしましょう。まずは早ね・早おき・朝ごはんを心がけてみましょう。



4月の健康診断予定

- ☆ 7日(火) ~ 発育測定 (体操服で受けます)
 - ☆ 13日(月) ~ 視力検査
 - ☆ 16日(木) ~ 聴力検査 (1, 2, 3, 5年)
 - ☆ 21日(火) 内科検診 (1, 4年)
- 5月以降の健康診断の日程については後日連絡します。

4月の保健目標

健康診断を正しく受けよう

こんなときは、保健室に来てください!

<p>★けがをしたとき</p> <p>手当てをしますので、いつ、どこで、どこが、どうして、どうなったのか先生に教えてください。</p> 	<p>★具合が悪くなったとき</p> <p>しばらく休めばよくなりそうなときはベッドで様子をみます。</p> 
<p>★なやみや相談したいことがあるとき</p> <p>なにか気になることやこまっていることがあれば先生が相談にのります。</p> 	<p>★からだや健康について知りたいとき</p> <p>保健室には、みんなの役に立つ本や資料なども置いてあります。</p> 

毎日 つづけよう! 朝の元気チェック

- | | | | |
|---|---|--|---|
| <input type="checkbox"/> きのうの夜はよくねむれましたか?  | <input type="checkbox"/> 朝ごはんはしっかり食べられましたか?  | <input type="checkbox"/> いたいところはないですか? (頭、おなかなど)  | <input type="checkbox"/> からだのだるい、重い感じはありませんか?  |
|---|---|--|---|

なやみや心配なことはないですか? 

◎ひとつでもチェックがつかなかったら、すぐおうちの人に伝えましょう。必要なときには無理をせず休み、元気をとりもどすことも大切です!



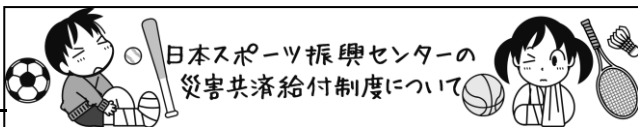
保健関係の提出物についてのお願い

4月から、保健関係の書類等の提出をいくつかお願いしています。お手を煩わせることが多くて申し訳ありませんが、期限内での提出をお願いいたします。

- | | | | |
|-----------------------|-----|--------|-----------------|
| 1. 保健調査・・・・・・・・・・ | 全員 | 提出期限 | 4月10日(金) |
| 2. フッ素洗口申込書・・・・・・・・ | 全員 | 提出期限 | 4月15日(水) |
| 3. 結核検診問診票・・・・・・・・ | 全員 | } 提出期限 | 1・4年生…4月15日(金)※ |
| 4. 運動器検診保健調査票・・・・・・・・ | 全員 | | 2・5年生…4月24日(金)※ |
| ※内科検診の日程が近づいてから配布します。 | | | 3・6年生…4月24日(金)※ |
| 5. 心臓病調査票・・・・・・・・ | 1年生 | 提出期限 | 4月15日(水) |
| 6. 日本スポーツ振興センター同意書・・ | 1年生 | 提出期限 | 4月15日(水) |
| 7. 色覚検査希望書・・・・・・・・ | 4年生 | 提出期限 | 4月15日(水) |



※書類を紛失された場合は、担任を通じて保健室までご連絡ください。



学校の管理下でけがをしたり、病気になったりして医療機関で治療を受けた際に、日本スポーツ振興センターから給付金が支払われる「災害共済給付制度」があります。

該当する方は、必要書類をお渡しします。担任か、保健室 までお知らせください。

◎学校管理下の範囲とは

- ・各教科授業や、遠足・修学旅行などの学校行事
- ・部活動などの課外活動
- ・休み時間や昼休み、始業前、放課後など
- ・登校中や下校中など

◎給付対象となるのは

初診から治療が終了するまでの医療費の総額が5000円以上（健康保険証を使った際の医療機関での窓口負担が1500円以上）の場合が給付対象です。

※神埼市の小中学校及び高校生等医療費助成事業との二重請求はできません。

学校管理下でのけがについては、こちらの災害給付制度を優先してご利用ください。



以下の感染症にかかった場合、「出席停止」の扱いとなり、欠席になりません。医師の診察を受けて感染が判明した時点で、なるべく早く学校までご連絡くださいますようお願いいたします。

- | | | | |
|----------|-------------------|------|------------------|
| ■インフルエンザ | ■水痘（水ぼうそう） | ■百日咳 | ■流行性耳下腺炎（おたふくかぜ） |
| ■麻疹（はしか） | ■風しん（三日はしか） | ■結核 | ■咽頭結膜熱（プール熱） |
| ■溶連菌感染症 | ■感染性胃腸炎（流行性嘔吐下痢症） | など | |

この他にも出席停止の対象となる感染症があります。詳しくは医師の指示を仰いでください。

*ご家庭で、毎朝の健康観察をお願いします。（熱はあるか、顔色、食欲の有無など）