

4月のほけんだより

令和5年4月6日

神石高原町立油木小学校 保健室

ご入学・ご進級 おめでとうございます！春休みはどう過ごしていましたか？早ね・早起きを心がけ、生活リズムを「学校モード」に変えて元気にすごしましょう！手洗いうがいも忘れずに行いましょうね。このほけんだよりでは、みなさんの健康に役立つ情報をお届けしますので、かならず読んでくださいね。



保健室の西田 有希です。
油木小学校のみなさんが元気に過ごすことができるようお手伝いをします。引き続き今年度もよろしくお祈りいたします。

保健室ってどんなときに使うの？

- ① けがをしたとき
- ② 体調が悪くるとき
- ③ 健康診断をするとき
- ④ からだについて知りたいとき
- ⑤ なやみごとがあるとき



みなさんをお願いしたいこと

- ★必ず担任の先生とお話をしてから保健室に来ましょう。
 - ★けがをしたら、自分でできる手当をしてから保健室に来ましょう。
 - ★けがをして保健室に来たときには、4つのことを先生に教えてください！
- ①いつ ②どこで ③何をしていた ④どうなった



健康診断が始まります！

体の成長や健康状態を知るために、健康診断を行います。健康診断は自分の体の様子を知るチャンスです。この機会に健康の大切さについて考えてみましょう。治療が必要な場合は、「治療のすすめ」のお手紙を配ります。配られたらおうちの人にすぐわたしましょう。

※健康診断では消毒用アルコール、ゴム手袋を使用します。アレルギー等がありましたらご連絡ください。

学校医の先生を紹介します。

- 内科 吉實 先生
- 歯科 宮本 先生
- 眼科 福山市民病院 眼科医
- 耳鼻科 岩田 先生
- 薬剤師 やまぐち 先生

《保護者の方へ》

保健関係の提出書類について

保健関係の書類を配付しています。書類の内容を読んでいただき、必要事項をご記入ください。**提出物は保健連絡ファイル（赤いファイル）に入れて**、担任の先生へ提出してください。

| 学年 | 1年生 | 2～6年生 |
|------|-------------------------------|--------|
| 提出物 | ・心電図検査の個人票 ・災害救済給付制度の加入同意書 | ・保健調査票 |
| 締め切り | 4/14（金） | |

色覚検査について（4年生の保護者様）

色覚検査は現在、定期健康診断としては実施されていません。しかし、保護者の希望により健康相談の一環として、色覚検査を受けることができます。

検査で色の見え方・見分け方が困難と判定される児童の大半は、日常生活に支障を感じることはないとされています。しかし職業・進路選択の際に色に対する自分自身の特性を知っておくことは有益であると思われます。

個別の検査を希望される方は、養護教諭（西田）までご連絡ください。よろしくお願いいたします。

希望締切日：4月21日（金）

※検査日時はまだ未定です。決まり次第、希望者へお知らせします。

【健康診断の日程】

| | |
|------------------|----------------------------|
| 身体測定 | 4/10（月）：6・5年生 |
| 視力・聴力 | 4/11（火）：4・3年生 |
| ※日時が変わる可能性があります。 | 4/12（水）：2年生 1年生 |
| 尿検査 | 1回目：4/14（金） 2回目：5/25（木） |
| 眼科検診 | 4/20（木） |
| 耳鼻科検診 | 6/8（木） |
| 心電図検査 （1年生のみ） | 5/16（火） |

※内科・歯科検診の日程は後日お知らせします。

新年度も引き続き感染症対策をしっかりとしよう！

コロナウイルスが流行し始めて3年が経ちました。ようやく流行が収まってきましたが、引き続き忘れず対策していきましょう。

①マスク

- ★マスクは自分の判断で外してもかまいません。
- ★給食当番をするときには必ずマスクを着けて行うので、ランドセルの中にはいつもマスクを入れておきましょう。
- ★感染症が流行してきたらマスクをつけるように声をかけると思います。そのときには協力してくださいね。

マスクをするときには鼻もしっかりおおう！



⑤健康観察

- ★毎朝、おうちで検温・かぜ症状がないかチェックしよう。カードへの記入も忘れずにしよう。熱があるとき、風邪症状があるときは病院へ行きましょう。
- ★発熱やのどが痛い、せきなどがあるときには無理をせず、すぐに先生に言いましょう。



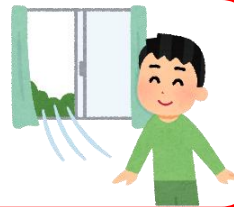
②手洗い・消毒

- ★登校後、トイレの後、大休憩の後、昼休みの後、掃除の後、友達と遊んだ後は必ず手洗いをしよう。
- ★手洗いは必ずせっけんでいねいに行おう。洗った後はきれいなハンカチでふこう。
- ★手指の消毒はこまめにしよう。



③換気

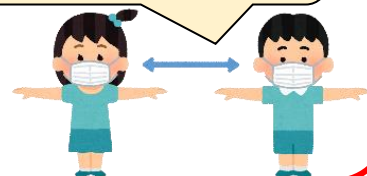
- ★教室の窓とドアはずっと開けばなしにしてしっかりと換気をしよう。(前後4カ所開けてしっかりと換気をしましょう。)



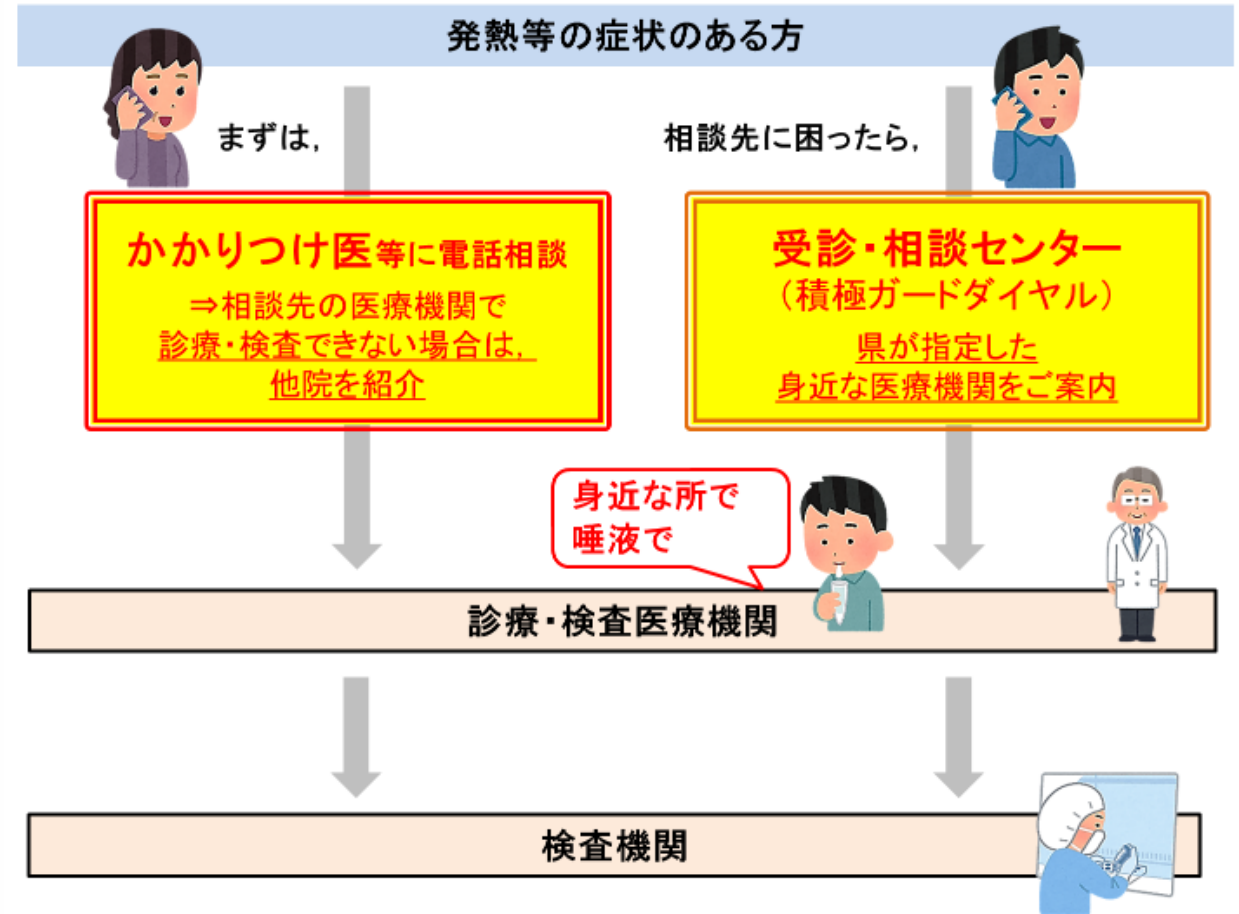
④ソーシャルディスタンス

- ★友達・先生とくっつきすぎないように意識しよう。休み時間どう過ごしたらいいか考えよう。
- ★下校の集合など、全校で集まるときにはしっかりと間を開けて集まろう。そのときは静かに集まろう。

手を伸ばしても当たらないくらい離れよう！



発熱等の症状のある方



欠席の扱いについて

| | 4月1日～5月7日 新型コロナウイルス感染症が2類の場合 | 5月8日～ 新型コロナウイルス感染症が5類の場合 |
|------------------------|--|-----------------------------|
| 本人が新型コロナウイルス感染症と診断された | 出席停止 発症日から7日間経過し、かつ症状軽快後24時間経過した場合8日目に解除可能 | 出席停止 |
| 本人が発熱や咽頭痛、せき等体調不良で欠席する | 出席停止 | 病欠 |
| 濃厚接触者になった | 出席停止 患者との最終接触日を0日として5日間(6日目から復帰可能) | 登校可能 |
| 家族が発熱等の風邪症状がある | 広島県の感染レベルⅠの場合 登校可能 | 登校可能 |