

# ほけんだより 4月



令和8年4月号  
和良比小学校保健室

入学・進級おめでとうございます。

本校のほけんだよりは、紙面での配布ではなく保護者の方々へメールでの配信となります。ご家庭でご覧いただく際に、ぜひ話題にさせていただけたらと思います。

4月は新しいクラスになり、担任の先生やクラスの友だちなど環境が大きく変化します。心身ともに疲れが溜まりやすいため、休養を取りながら、ゆっくりと環境に慣れてほしいです。

## こんなとき、保健室で待っています！

養護教諭 おおはし ゆきほ えんどう かなみ 大橋 雪穂・遠藤 花実 の2人でお子さまの心身の健康をサポートしていきます。  
ご相談・ご不安なこと等ございましたら、いつでもご相談ください。

### ✓けがをしたとき

…擦り傷・切り傷などは流水で洗うなど、できるところまで自分で処置することを指導しています。手当ては当日の学校でのもののみ行います。



### ✓体調が悪いとき

…保健室で休養します。  
1時間休んでも回復しない場合は保護者の方に連絡し早退をお願いしています。また、学校で薬を飲ませることはできません。

### ✓悩みや困ったことがあるとき

…勉強や友だちのことなどどのようなことでも気軽に話をしてください。希望によりスクールカウンセラーとも連携して対応していきます。お子さんだけでなく、保護者の方々もご相談ください。



### ★健康観察について

朝の健康観察をご家庭でもお願いします。

登校前にいつもより元気がない、顔色が悪いなどありましたら体温を測ってみてください。

また、体調がすぐれないなど気になることがある場合には、連絡帳や欠席連絡の forms でお知らせください。

### ★お昼の歯みがきについて

昨年度より、全員での歯みがきを実施しています。

持ち物は、割れないコップ1個、歯ブラシ、歯みがきセットを入れる袋です。

※歯ブラシセットは週末に持ち帰り、洗って乾かすよう指導します。

※歯みがき粉は使用しません。



## ★スポーツ振興センターの災害共済給付制度について

・学校の管理下でけがをして、病院を受診したとき、日本スポーツ振興センターの災害給付金が支払われる制度です。保健室にお問い合わせください。

### ◆給付の条件◆

- ①学校の管理下でのけがであること（登下校を含む）
- ②医療機関の窓口で支払った医療費の自己負担が1500円以上であること
- ・この制度を使用する場合、「子ども医療費助成制度の受給券」は使えません。
- ・センターでの手続きに時間がかかるため、申請してから支給されるまで3ヶ月程度かかります。
- ・掛け金は、四街道市で全額負担していただきます。保護者の方の同意が必要となります。後日お知らせをします。

## ★学校感染症の出席停止について

病院で学校感染症と診断された場合は、「出席停止」の措置がとられます。指定の感染症に診断されましたら、登校する際に書類が必要になりますので、学校までご連絡ください。

**第一種の感染症** エボラ出血熱、クリミア・コンゴ出血熱、痘そう、南米出血熱、ペスト、マールブルグ病、ラッサ熱、急性灰白髄炎、ジフテリア、SARS、MARS、ポリオ、鳥インフルエンザ

**第二種の感染症** インフルエンザ、百日咳、麻しん、流行性耳下腺炎、風しん、水痘、咽頭結膜熱、結核、髄膜炎菌性髄膜炎、新型コロナウイルス感染症

**第三種の感染症** コレラ、細菌性赤痢、腸管出血性大腸菌感染症、腸チフス、パラチフス、流行性角結膜炎、急性出血性結膜炎、その他の感染症（溶連菌感染症、マイコプラズマ感染症、感染性胃腸炎、手足口病、ヘルパンギーナなど）

### 登校許可証明書・療養報告書について

- ◎インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症  
⇒保護者が記入した療養報告書
  - ◎溶連菌感染症・手足口病・ヘルパンギーナ・伝染性紅斑（りんご病）・マイコプラズマ感染症  
⇒保護者が記入した療養報告書
  - ◎その他の感染症  
⇒医師が記入した登校許可証明書
- ★用紙については、和良比小ホームページ→お知らせ→配付文書からダウンロードし印刷していただくか、学校に取りにきていただく必要があります。兄弟姉妹が在籍している場合はお渡しします。



## ★今年お世話になる学校医の方々について

内科：下野先生（下野医院）青柳先生（めいわこどもクリニック）高木先生（めいわクリニック）

吉汲先生（つくし座クリニック）梅野先生（四街道まごころクリニック）

歯科：植木先生（わらび歯科医院）山口先生（山口矯正歯科）松本先生（四街道徳州会病院）

清野先生（美しが丘歯科）宮本先生（ひかりが丘歯科）

耳鼻科：林先生（はやし耳鼻咽喉科）

眼科：芦澤先生（あしざわ眼科クリニック）

薬剤師：島先生（めいわ中央薬局）

学校医の先生は、お子さまの健康を守るために健康診断の他にもさまざまな健康面のサポートをしていただきます。薬剤師の先生は、環境面のサポートをしていただきます。

## ★4月の健康診断について

身体測定：体操服を準備してください。



月	火	水	木	金
4/13 身体測定（3.6年）	14 身体測定（5年）	15 身体測定（4年.なのはな）	16 身体測定（1.2年） 耳鼻科検診（4年）	17
20	21	22	23 内科検診（3年）	24
27 眼科検診（4.5.6年.なのはな）	28 尿検査1次	29	30	

4/27に尿検査の容器を配付します。

\*欠席して受診できなかった場合、他学年の同検診があるときのみ対応します。

本校で受診できなかった場合は、ご家庭の判断で病院を受診していただきますよう、よろしくお願いいたします。

### 尿検査を受けるにあたって

〈検査の前に〉

- 容器が配付されたら、忘れない場所に置きます。
- 夕食後は、ビタミンCを摂取できません。
- 寝る前に尿を出しておきましょう。

〈検査のやり方〉

- 1.尿を少し出してから容器にとります。
- 2.スポイトで吸い、ふたを閉めます。
- 3.緑色の袋に入れて学校に提出します。

### 内科検診を受けるにあたって

〈検査の前に〉

- 前日にはお風呂に入り、体を清潔にします。
- 髪の毛の長い児童は結んで登校してください。

〈検診時の注意事項〉

- 服装は体操服です。医師の前でのみ、1～4年生は上半身裸で受診する場合があります。5～6年生の女子は下着を着用した状態で実施します。プライバシーに十分配慮して行います。背骨を診る場合など、下着をめくる場合がありますが、ご了承ください。

ご不安な点につきましては養護教諭までお問合せください。

《学校健診について動画視聴のお願い》

千葉県医師会より、学校健診で行うことや意義についての動画を作成していただきました。校内でも事前指導として視聴しますが、ぜひご家庭でもURLからお子さんと一緒にご覧ください。

- 小学校低学年、中学年用

<https://www.youtube.com/watch?v=vkAZO6phfU>

- 小学校高学年、中学校用

[https://www.youtube.com/watch?v=yOVFp\\_rWGqQ](https://www.youtube.com/watch?v=yOVFp_rWGqQ)