

けんこうな生活（健康面）

武蔵小学校 保健室

保健室では、学校保健安全法に基づいて、集団生活を行う学校が、様々な病気の感染の場にならないように、また、子どもたちが健康で安全に生活できるために、保健行事や保健教育、健康相談、救急処置等を行います。

定期健康診断

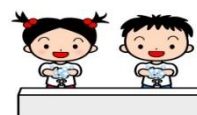


*1年生では、下記の健康診断を実施します。(4~6月中予定)

*学校での検診は、病院受診の必要性の有無を調べるスクリーニングです。検診結果はその都度お知らせしますので、必要に応じて病院受診をお願いします。

・身体測定(身長、体重) ・内科、結核、運動器、歯科、眼科、耳鼻科健診 ・視力、聴力検査
・尿検査 ・心電図検査(心臓検診) ・色覚検査(1,6年生希望者) *色覚検査は定期健康診断含まれず

感染症と出席停止



- ① 下記の感染症にかかった場合は、早めに学校へ連絡してください。
- ② 出席停止期間には基準があります。医師の許可があるまでは、学校を休ませてください。
出席停止期間は、欠席にはなりません。

新型コロナウイルス感染症、インフルエンザ、マイコプラズマ肺炎、感染性胃腸炎、溶連菌感染症、百日咳、伝染性紅斑(りんご病)、咽頭結膜熱、手足口病、水痘(みずぼうそう)、麻疹(はしか)、風疹、流行性耳下腺炎(おたふくかぜ)、流行性角結膜炎(はやり目)等

緊急連絡票

***入学式当日必ずお持ちください**

- ① 体調不良で早退する時やケガをして医療機関への受診が必要な場合等、保護者に連絡をとりたい時に使います。必ず連絡がとれるように、正確に詳しくお書きください。
- ② 連絡先は、連絡希望の優先順位に記入されてください。
- ③ 緊急を要する場合は、救急車の要請を行ったり、学校から直接医療機関へ搬送したりすることもあります。かかりつけの医療機関を必ずご記入ください。
- ④ 連絡先を変更した場合には、その都度必ず担任にお知らせください。



健康管理・救急処置

【健康観察】毎朝、担任が行います。ご家庭で具合が悪かったり、体調で気になることがあったりした時は、ご連絡ください。

【病 気】①体調が悪いときは、保健室で休養させます。(感染状況によって、発熱の有無に関わらず保護者の方のお迎えをお願いすることがあります)

②休養しても回復がみられない場合は、ご家庭へ連絡します。(保健室休養時間は原則1時間程度です)

③内服薬は使いません。

【け が】①学校での処置は、応急手当です。(家庭でのけがは、原則として家庭で対応をお願いします。)

②病院での診断・処置が必要と思われる場合は、ご家庭へ連絡します。

③緊急を要する場合、救急車の要請を行ったり直接医療機関へ搬送したりすることがあります。

日本スポーツ振興センター『災害共済給付金制度』



学校の管理下（授業中、休み時間、登下校中、校外学習、部活動等）において、児童の災害（負傷、疾病、障害及び死亡）が発生した際、災害共済給付（医療費、障害見舞金及び死亡見舞金の給付）を行う、国・熊本県教育委員会・保護者の三者の負担による互助共済制度です。年度当初、原則として、全児童に加入していただくようお願いしております。入学後ご案内を配布します。（令和8年度共済掛金保護者負担額：460円）

給付の対象は、病院窓口支払いが1500円以上のけがです。なお、公的医療制度「ひまわりカード、ひとり親等」と「日本スポーツ振興センター」の併用はできません。学校でけがをして病院に受診する場合は、どちらの制度の適用を受けるかご確認ください。ただし、1500円未満の場合は、日本スポーツ振興センターの申請が不可となりますので、公的医療負担制度（ひまわりカード、ひとり親等）をご利用ください。

食物アレルギーによる給食除去食

① 医療機関で診断を受け、必要な書類を期限内に提出してください。

*学校生活管理指導表（担当医記入）

*食物アレルギー対応に関する申請書及び同意書（保護者記入）

*食物アレルギー対応 個人面談 記録表（保護者記入）

② 給食開始前に給食対応検討会を実施します。

保護者、児童、担任、給食関係職員で献立作成から調理、配膳等に関する対応を検討します。

その他

① 学校で衣服（下着を含む）が汚れたときに備え、着替えを準備しています。下着は、新品を使用しますので、同じサイズの新しい下着を用意され返却してください。下着以外の衣服は、洗濯してご返却ください。

② 配慮を要する疾患があるお子さまには、緊急対応マニュアルを作成しますので、ご相談ください。

③ 健康面等で事前に学校にお伝えしたいことがあれば、お気軽に申し出てください。

スクールカウンセラーの先生もいます。

～ご家庭へのお願い～

入学前が習慣化のチャンスです！

① 登校前の健康観察：登校前の健康状態を確かめましょう。

② 早寝・早起き：6～7歳の必要睡眠時間は、10～11時間です。毎朝、起きる時刻を決め、少しずつお子さま自身が自ら起きるリズムをつくりましょう。この生活を繰り返すことで、体の働きと脳の働きが一致して、生活・睡眠リズムがつかめます。

③ 朝の排便：排便は、朝起きてからまたは朝ごはんのあとに、当然あるべきものです。便秘が原因となる体調不良もよくあります。ぜひ1日1回の排便リズムをつくりましょう。

④ 朝食：朝、食べることで胃や腸が働き始め、脳を目覚めさせてくれます。朝食抜きは、午前中の学習で疲労がおこりやすく、学習効果を低下させます。

⑤ 洗顔・歯みがき：洗顔、歯みがきで、気持ちよい1日をスタートしましょう。

⑥ 正しい姿勢：食事のとき、字を書くとき、本を読むとき、テレビをみるときの姿勢に気をつけましょう。正しい姿勢は、脳を鍛え、内臓を強くします。

⑦ メディアコントロール：スマホ・タブレット・ゲームなどご家庭でルールをつくりましょう。



★毎朝、お子さまの顔を見て、学校に笑顔で送り出してください！