

# ほけんだより 4月

令和5年4月7日  
昭島市立田中小学校  
校長 星野 典靖  
保健室



2年生～6年生のみなさん進級おめでとうございます。新しい環境、新しい友達にわくわくしている人も多いと思います。でも、張り切りすぎて疲れてしまわないように、自分のペースで新しい生活をスタートさせてくださいね。保健室も、みなさんが元気に学校生活を送れるように、心と体の健康をサポートしていきます。1年間よろしくお祈いします。

## 保健室はこんな場所です



保健室では、みなさんが元気に学校生活を送れるように、体と心の健康をサポートします。

「特別な場所」ではなく、誰でも利用できる「みんなの場所」です。どんなに小さなことでも、遠慮せず、気軽に来てくださいね。みなさんと会えることを楽しみにしています。

## 4月のほけんもくひょう 「自分のからだの様子を知ろう！」

4/10(月)より定期健康診断が始まります。詳しくは「けんこうしんだんだより」をご覧ください。健康診断では、今の自分のからだがどのような様子なのか、元気なのか、調子が悪くなっているところはないのかを知る事ができます。自分のからだの事をよく知ると「元気に生活しよう」「自分のからだを大切にしよう」という気持ちになります。健康診断を受けて自分の状態を知り、これからの生活がもっと健康的になるとよいですね。

あいさつ  
プレゼント



「あいさつは大切」とよくいわれます。それはあいさつがあなたにたくさんのプレゼントをくれるから。例えば…

<p><b>気持ちが前向きになる</b></p> <p>嫌なことがあったときも、あいさつをするとさわやかな気分になれます。自然と笑顔になっているかも！</p>	<p><b>友だちとなかよくなるきっかけに</b></p> <p>あいさつは会話のきっかけにもなります。たくさん友だちができるかも！</p>
---	--



あいさつのコツは「自分から」すること。あいさつをされて気分が悪くなる人はいません。「いい天気だね」など、一言プラスできるとさらにいいですね。

## 保護者の皆様へ

### ～保健室の利用について～

保健室はお子様の健康を管理すると共に、けがや体調不良時に、体の具合が悪くなった児童が手当てを受けたり、一時的に休養をしたりするところです。しかし、保健室は医療機関ではありませんので、救急の処置はできますが、医療行為はもちろん、飲み薬を出すことはできません。大きなけがなど緊急の場合は、医療機関にお願いすることになります。また、学校で体調を崩し、お迎えをお願いすることもありますので、緊急連絡先が変わりましたらすぐにお知らせください。

また、以下のことに留意しながら、毎朝のお子様の健康観察をお願いいたします。

- すっきりと起きられたか ● 朝食はしっかりとったか ● 頭、お腹などを痛がっていないか
- 気分が落ちこんでいないか ● その他、普段と違う様子はないか

何か気に掛かることがありましたら、お気軽に担任・養護教諭までご相談ください。

### ～保健調査・結核健診問診票の記入及び提出のお願い～

**保健調査・結核健診問診票提出期限 4/10(月)**

#### 保健調査

保健調査は、緊急時の連絡や医療機関受診の際、普段保健室において一人一人にあった対応をするための重要な資料となります。

- ・ 左側…変更する項目は訂正し、治療した病気や心配ないものは二重線で消してください。
- ・ 右側…健康状態については、該当学年の該当する欄には○、該当しない欄には/をしてください。

#### 結核健診問診票

問診票の結果に基づいて内科検診時に学校医による診察を実施します。正確なご記入をお願いします。

### ～日本スポーツ振興センター 災害共済給付について～

学校内や登下校時に起きた事故・ケガで医療機関を受診した時は、医療費(受診料・調剤費用等)の給付が受けられます。医療費の総額が5000円(マル子医療書を使用しない保険診療で、1500円)以上であることなど、給付を受ける条件がいくつかあります。学校でけがをして医療機関にかかった場合は、担任または養護教諭へ連絡してください。

### ～学校伝染病について～

学校伝染病にかかった場合は、学校保健安全法により医師が伝染のおそれがないと認めるまで、出席停止となります。登校の際には、主治医等から指示された療養期間後、「登校届」に保護者の方が記入をし、登校初日に担任に提出をしてください。「登校届」は学校のホームページからも印刷できます。

#### ～校医の先生をご紹介します～

内科	加藤 孝一郎先生(田中団地診療所)
耳鼻科	腰塚 郁恵先生(昭島クリニック)
眼科	小松 英樹先生(小松眼科)
歯科	神山 摩利先生(神山歯科)
薬剤師	新澤 高明先生(シンザワ薬局)

