

ほけんだより 4月

座間市立相模野小学校 保健室 2023年4月号

新1年生、そして進級のみなさんおめでとうございます。お子さんはもちろん保護者の方も、新しい出発への期待と緊張でいっぱいのことと思います。新しい環境に慣れるまでは体調を崩しやすいかもしれません。学校でも十分配慮いたしますが、ご家庭でも、お子さんの話を聞き、休養を十分とっていただきたいと思います。



保健関係提出書類について

保健関係の書類は「学校医による健康診断時の診察」や「日常の学校生活における健康管理」に活用させていただきます。

お子さんの普段の健康状態について、お子さんと一緒にご確認しながら、正確にご記入ください。お忙しいことは存じますがよろしくお願いいたします。

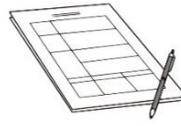
よろしく お願いします



★保健関係提出書類

- 保健調査票【黄色】
- 結核健診問診票【白色】
- 心臓病調査票(1年生)

<日本スポーツ振興センター 災害



共済給付について>



座間市教育委員会では、「独立

新年度も引き続き、
新型コロナウイルス対
策を行いながらの学校
生活となります。ご協力を
お願いいたします。



登校前に、ご家庭で検温と健康観察を行って
いただき、学校より配付しました「健康観察カード」
に検温、健康観察結果を記入し、毎日忘れず
にお子さんに持たせてください。

学校での感染症対策について変更点があ
った場合は座間市教育委員会よりお知らせが出
されますので、都度ご確認いただくようお願い
いたします。

登校前の健康観察をお願いします

- 朝ごはんを食べることができま
したか（食欲はありましたか）？
- 頭が痛い、おなかが痛いなどの
不調はありませんか？
- 熱は高くないですか？
- おなかはこわしていませんか？
- のどの痛みやせき、くしゃみな
どはありませんか？
- からだはだるくないですか？

行政法人日本スポーツ振興センター」との災害

共済給付契約を結んでいます。

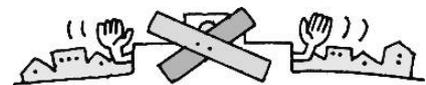
これは、学校管理下（登下校中、授業中、休み時間など）での被災に対する医療費として、診療点数500
点以上のもの（※1）について保護者の申請により災害共済給付金が支給される制度です。（ただし、医療
保険並の療養に要する費用。なお、掛金については市が負担しています。）

別紙にてお配りした「独立行政法人日本スポーツ振興センターの災害共済給付制度への加入について」
に詳しく説明してありますので、ご覧ください。

*医療機関で書類を記入していただくのに文書料がかかることがあります。文書料は保護者負担になります
のでご了承ください。（800 円前後かかることが多いようですが、医療機関によって異なりますので、事前
にご確認ください。）

*事故発生から 2 年間請求が行われないときは、時効となり請求権を失いますのでご注意ください。

(※1)診療点数500点以上とは、医療保険3割自己負担1500円程度のものをさします。なお、小児医療や
ひとり親医療等を利用し医療費の自己負担がなかった場合も、医療費総額の1割相当分の災害共済
給付金の支給対象となります。



<登校許可証明書について>

学校では、児童生徒が伝染性の疾病にかかっている、またはその疑いがあるとき、病気が治り、人にうつす

心配がなくなるまで出席停止（欠席扱いにはなりません）とし、病気が広まるのを防いでいます。次のような病にかかった場合は、学校へすぐご連絡ください。

	学校の伝染病の種類
第一種	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、重症急性呼吸器症候群（病原体が SARS コロナウイルスであるものに限る）。特定鳥インフルエンザ（H5N1）新型インフルエンザ等感染症、中東呼吸器症候群、指定感染症及び新感染症
第二種	インフルエンザ、百日咳、風疹（三日ばしか）、麻疹（はしか）、流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）、水痘（水ぼうそう）、咽頭結膜炎、結核、髄膜炎菌性髄膜炎
第三種	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（はやり目）、急性出血性結膜炎、その他の伝染病（※2）

（※2）その他の伝染病：溶連菌感染症、マイコプラズマ感染症などその他医師の指示があったもの

*溶連菌感染症などの学校伝染病第三種のその他の伝染病につきましては、**医師の診断により感染すると認められたものについては出席停止扱いとなります。**「登校許可証明書」の用紙が必要なことを担任までご連絡ください。

*2023年4月現在、新型コロナウイルス感染症対策のため、新型コロナウイルス感染症陽性者・濃厚接触者、発熱や風邪症状の欠席も出席停止扱いとなっています。この場合、登校許可証明書は必要ありません。



学校行事の都合等により、日程が変更になる場合もあります。その場合は事前にご連絡いたしますので、ご了承ください。

項目	1年	2年	3年	4年	5年	6年	支援級
発育測定 (身長・体重)	5/9 (火)	5/8 (月)	5/2 (火)	5/1 (月)	4/28 (金)	4/24 (月)	4/21 (金)
視力検査	4/18 (火)	4/17 (月)	4/12 (水)	4/14 (金)	4/11 (火)	4/10 (月)	4/19 (水)
聴力検査	4/14 (金)	4/12 (水)	4/11 (火)		4/10 (月)		4/17 (月)
歯科検診	5/11 (木)	6/8 (木)	5/11 (木)	6/8 (木)	5/11 (木)	6/8 (木)	5/11 (木)
尿検査	4/13(木)朝8時50分までに提出 器材配付日:4/12(水)						
内科検診 (含:運動器・結核健診)	5/18 (木)	5/16 (火)	5/18 (木)	5/16 (火)	5/18 (木)	5/16 (火)	5/16 (火)

眼科検診	4/26 (水) 1年生・5年生全員、他学年ピックアップ児童						
耳鼻科検診	6/15 (木) 1年生全員、他学年ピックアップ児童						
心電図検査	4/25 (火)						

★発育測定(全学年)、心電図検査(1年)は体操着で行います。忘れずに持たせてください。

お世話
になる

学校医の先生



よろしくお願いします!



- 内科 広井先生(広井内科医院)
里田先生(さとだ内科クリニック)
- 歯科 赤羽先生(レオ歯科)
大内先生(大内歯科)
- 眼科 武長先生(武長眼科)
- 耳鼻科 富澤先生(相武台とみさわ耳鼻咽喉科)
- 薬剤師 荻野先生

「検診結果のお知らせ」は、健康診断の結果、病気や異常の疑いがある場合にお渡ししています。

必ず病気や異常があるというわけではありませんが、治療や詳しい検査が必要な場合もありますので、医療機関を受診していただくようお願いします。

健康診断が始まります



健康診断は、成長の様子を知ったり、病気や異常の疑いがないかどうかを調べたりする、大切な機会です。眼鏡や体操着などを持ってくるのを忘れたり、髪の毛をまとめていなかったりすると、検査ができなかったり、時間がかかったりすることがあります。

健康診断のスケジュールを確認して、忘れ物などないように、ご協力をお願いします。

健康診断の前に注意してほしいこと



お風呂に入って清潔に
耳垢や爪もチェック！



早く寝て体調を整えよう
朝食を食べよう



メガネやコンタクトなど
検査に使うものを忘れずに



目や耳にかかる髪は
まとめたり留めたりしよう

発育測定…髪が長い人は低い位置で結んでおく。
眼科検診…前髪が目にかからないようにしておく。
耳鼻科検診…髪が長い人は、耳に髪がかからないように、結んでおく。
内科検診…髪が長い人は、背中に髪の毛がかからないように結んでおく。



「光・暗闇・外遊び」で生活リズムを学校モードに！

春休み中は、お子さんが普段より夜更かし、朝寝坊をしていたご家庭もあるのではないのでしょうか。新年度が始まりました、「毎朝決まった時刻から起きる」ことから始め、生活リズムを学校モードに整えましょう。

- 1. 朝、太陽の光で体内時計をリセット!【光】**
朝、太陽の光が目から脳に伝わると、脳が「朝だ!」と認識して目が覚めます。
- 2. 朝食をしっかり摂る**
朝食を摂ることで、体も目覚めた状態になります。
- 3. 日中は外遊びなどで活動的に過ごす【外遊び】**
夜にぐっすり眠れることにつながります。
- 4. 寝る前はスマホなどの光を見ない【暗闇】**
寝る前に光を浴びると脳が目覚めてしまい、ぐっすり眠れません。

