

# ほけんだより4月

富吉小学校

保健室

令和7年4月8日

新年度が始まりました。新しい学年、新しい教室、新しい先生にドキドキわくわく、色々な気持ちがあふれていることと思います。この時期は環境の変化により体調を崩しやすいときです。いつもより自分の心や体の声をよく聞いて、疲れたらゆっくり休んでください。

ほけんしつ

## 保健室はこんなときに来てください！



①けがをしたとき



②体調が悪いとき



③悩みや心配があるとき



④体や心について知りたいとき

まも

ほけんしつ

## 守りましょう！保健室のやくそく



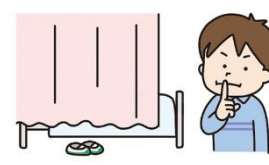
保健室に行くことを先生に伝えてから来ましょう。



どんな用事できたのか、自分でお話しましょう。



保健室にあるものは、先生に声をかけてから使いましょう。



休んでいる人がいます。走ったり、大きな声で話したりしないでください。



からだ こえ

## 朝おきたら体の声をきいてみよう

体は元気がないとき、眠れなかったり、ごはんが食べられなかったり、いろいろなサインを出します。そのサインは「休んでね」「元気がないよ」という体からの声です。体からの声をしっかりキャッチできるように、毎朝起きたときに体が元気かどうかを気にかけてみましょう。



よく眠れたかな？



痛いところはないかな？



朝ごはんは食べたかな？



うんちは出たかな？



## 保護者の方へ

### ● 朝の健康観察、欠席連絡について ●

体調不良を訴えて保健室に来室する子どもたちの中には、朝起きたときから体調が悪かったという子が少なくありません。朝の健康観察を大切にしてください。いつもと様子が違う・体調が悪いなどの場合は、無理に登校させず、当日は欠席し、ご家庭で安静に過ごして様子を見ていただくようお願いいたします。

欠席、遅刻、早退の場合は、当日の朝8時までにSigfyの「欠席遅刻連絡」にて、学校に連絡してください。また、特に重要な連絡事項などがある場合は、電話での受付もしています。8時までに欠席の確認ができない場合は、電話にてご連絡させていただきます。



### ● 保健室利用について ●

保健室は学校でおきたけがや病気の救急処置をするところです。

そのため、継続して手当てをしたり、学校以外でのけがの手当てをしたりすることはできません。

また、体調不良で学習できない時や、けがをして受診をする時には保護者の方へ連絡をいたします。**早退時はお子さまだけで下校はできません。必ず保護者の方のお迎えをお願いしています。**



【学校から早退の連絡や、受診などのご相談をする目安】

- ・ けが：頭部外傷、目の外傷、腹部外傷、骨折や縫合など病院受診が必要な場合
- ・ 病気：37.5度以上の熱がある、嘔吐をくりかえす、休養しても体調が戻らない場合

### ● 学校感染症について ●

学校は集団生活の場であるため、感染症の集団感染・発病の可能性があります。学校保健安全法により「出席停止期間（欠席扱いにはなりません）」が定められている病気には下記のようなものがあります。**発熱や高熱など、感染症が疑わしい場合には、必ず病院を受診してください。**

〈学校伝染病に定められる主な病気〉

- ・ 麻疹 ・ 風疹 ・ 水痘（みずぼうそう） ・ 流行性耳下腺炎（おたふくかぜ） ・ インフルエンザ
- ・ 百日咳 ・ 咽頭結膜炎（プール熱） ・ 結核 ・ 新型コロナウイルス感染症

数日後、病状が治まり、登校する際は、**出席停止期間を必ず守り、登校させてください**（治癒証明書はいりません）。登校させてよいか迷う場合は、医師へご相談ください。

### ● 日本スポーツ振興センター災害給付手続きについて ●

学校管理下のけがについては、日本スポーツ振興センターの災害給付の対象となります。各ご家庭に制度について説明したプリントをお渡ししております。よくお読みください。

学校では異常を感じなかったが、帰宅後、症状がひどくなり、家庭から病院に行った場合も対象となります。その場合、必ず担任に連絡をしてから手続きに必要な書類を請求してください。

## ごあいさつ

富吉小学校で働き始めて4年目に突入しました、下之蘭です。子どもたちが、のびのびと学校生活を送ることができるよう保健室からサポートしていきます。どうぞよろしくお願いいたします。

年度初めは提出書類が多く、お手数をおかけしております。不明点等ありましたら、お気軽にご連絡いただけたらと思います。

