

保健だより

令和7年4月16日 No.1
青梅市立霞台小学校
保健室 蔭山 佳代子

ご進級おめでとうございます！！初々しい一年生を迎えて、新年度が始まりました。「ほけんだより」では、保健行事や体や心の健康などについて、お知らせいたします。ご家庭でお子さんと読んでください。今年も一年、体と心の健康を大切にしてお過ごせるようにしたいですね。お子さんの心身の健康について心配なこと等ございましたら気軽に養護教諭の蔭山（かげやま）までお知らせください。今年度もよろしくお願いいたします。

1 家庭での健康管理

- ①健康診断の結果、疾病の疑いが発見された場合は、専門医の診察や治療を受けてください。
- ②持病のある場合は主治医と学校生活についてご相談ください。（水泳や体育、給食等）
- ③基本的な生活習慣を身に付けさせるとともに、生活のリズムを整えてください。
- ④食事、睡眠、排便など生活にリズムをもたせ、学校でも健康で安定した状態で過ごせるようにしてください。
- ⑤朝の起床は、始業一時間半前までに自分で起きられるよう、また身の回りのことは、自分でできるようにさせてください。（顔洗い、手洗い、うがい、歯みがき、ハンカチ・ティッシュの用意など）
- ⑥朝の健康観察を大切にしてください。寝起きの様子、顔色、皮膚、動作、食欲などに気を付けて、いつもと違う様子が見られるとき、熱があるとき、具合が悪そうなときは無理に登校させないで、安静にして様子をみてください。帰宅後も疲れていないか、具合が悪そうにしていなか健康観察をしてください。

2 欠席・遅刻の連絡

朝の欠席・遅刻の連絡については、あんしんメールでお願いします。難しい場合は電話でも受けることができます。

- ①あんしんメールアプリによる連絡
 - ・当日8：15までにお願いします。
 - ・兄弟姉妹が一緒に欠席等の場合は、各兄弟姉妹分の届け出をお願いします。
- ②電話による連絡
 - ・当日8：15以降、8：25までにお願いします。
 - ・電話は8：15以前にはつながりませんので、ご注意ください。

3 学校伝染病による出席停止

以下の表にあげた病気は、学校伝染病です。学校伝染病の診断を受けた場合には、医師の指示のもと学校を休ませ家庭で休養させてください。その場合は学校保健安全法に基づき、『出席停止』となり欠席扱いとはなりません。

伝染のおそれがないと医師の許可が出てから登校させてください。登校する際は、学校からお渡しする『出席停止の報告書』に保護者の方がご記入の上、提出してください。医師の証明書は必要ありません。『出席停止の報告書』用紙は、霞台小学校のホームページからもダウンロードができます。

新型コロナウイルス感染症、インフルエンザ、百日咳、麻疹（はしか）、風疹（水ぼうそう）
流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）、咽頭結膜熱（プール熱）、結核、流行性角結膜炎、急性出血性結膜炎、手足口病、溶連菌感染症、ヘルパンギーナ、RSウイルス、マイコプラズマ肺炎、感染性胃腸炎、伝染性紅斑、ウイルス性肝炎 など

4 学校でのけがや病気の手当て

- ①学校で行う「けが」や「急病」の処置は、応急処置だけです。
 - ・学校で処置がしてあっても、ご家庭でけが等の様子をみてください。また、学校では継続的な処置は行いません。
 - ・家庭でしたけがは、家庭で処置をしてください。ただし、登校後変化のあった場合は学校でも処置をします。
 - ・経過観察が必要なけがについては連絡帳や電話で連絡をします。様子を見ていただき、必要時受診していただきますよう、お願いいたします。軽微なけがについては連絡いたしません。
 - ・発熱、嘔吐、頻繁な下痢等がある場合や、回復しない場合は保護者に連絡して早退をさせる場合があります。その際は、保護者の方に迎えに来ていただきます。児童一人で下校はしません。

- ・学校では、内服薬は与えません。学校で服薬が必要な場合は、必ず連絡帳でお知らせください。また、自分で管理し、使用できるようお願いします。
- ②医師の診察が必要と判断した場合は、保護者と連絡を取り、来校をお願いします。また、連絡が取れない場合や緊急を要する場合は、学校で判断し適切な処置をします。
- ③お子さんのけがや病気等で、緊急に保護者の方へ連絡をしなければならないことがあります。緊急連絡先は、できるだけ詳しく、必ず連絡が取れるものをお知らせください。
- ④学校の管理下でけがをして、医療証を使わず医療機関を受診した場合、手続きをすると【独立行政法人日本スポーツ振興センター】より医療費などが給付されます。詳しくは、4月に配付した青梅市からのお知らせをご覧ください。
＊学校の管理下とは、登下校中、授業中、休み時間、学校行事中などのことです。

5 健康診断

日程などの詳細は学校だより・保健だよりなどでご確認ください。結果は身長、体重、視力、聴力は「健康の記録」でお知らせします。内科、歯科、眼科、耳鼻科、腎臓健診、心臓健診、視力・聴力の異常の疑いについてはプリントでお知らせします。水泳授業が始まる時期が近いので、早期に受診してください。学校での健康診断はスクリーニングのため、異常ではない場合もあります。

医師、検査機関の検診を欠席した場合は市で行う欠席者検診を保護者の引率で受診してください。移動教室前検診を欠席した場合も同様です。

6 保健調査

毎年、『保健調査票』を書いていただき、健康診断や健康管理の参考にしています。既往症、予防接種歴、アレルギーなどについて、詳しく記入してください。

心臓病、腎臓病、てんかん、食物アレルギー等で、注意や配慮が必要な場合は、学校生活管理指導表の提出をお願いしています。学校生活管理指導表をもとに学校での対応を検討するため面談を行います。持病があり学校生活で配慮が必要な場合は、ご相談ください。

7 学校給食について

- ①食物アレルギーがあり、学校生活で配慮が必要な場合は医師の記入した学校生活管理指導表をご提出ください。学校生活管理指導表の提出がない場合は、食物アレルギーの対応はできません。学校生活で配慮が必要な以下の場面について学校生活管理指導表の医師の指示に基づき、配慮・管理をします。対応については提出された学校生活管理指導表を基に面談で決定します。学校生活管理指導表は毎年提出をお願いしておりますので、ご承知おきください。
 - ・給食（食品の除去、給食当番、配膳等）
 - ・食品を扱う授業や活動（調理実習、生活科、理科、図工、行事、学級活動等）
 - ・校外学習（社会科見学、宿泊学習等）
 - ・運動（体育、クラブ活動等）
- ②給食で対応が必要な場合、除去食の対応となります。保護者の献立チェック、代替食準備をお願いします。誤配を防ぐ取り組みとして、配膳ルールを守り、ダブルチェックを行っています。お子さんが安心して給食を食べることができるよう、ご理解ください。

8 その他

- ①入学時に数種類の書類を配付します。全てに目を通していただき、記入もれのないようにお願いします。
- ②7：30ー8：30 13：00ー15：00（土・日、休日を除く。）は学校の周囲がスクールゾーン規制されています。病気やけがでのお迎えの際、お車でお越しの場合は、ご注意ください。詳しくは青梅警察署ホームページの「スクールゾーン規制について」をご覧ください。
- ③衣服を汚した場合、保健室で着替えることがあります。下着については新しいものを使用します。新しいものを返却していただくよう、お願いいたします。また、感染予防の観点から学校では洗わず、そのまま持ち帰ります。
- ④水泳授業の際、安全上配慮を要する児童は、保護者とご相談の上、他の児童と違う色の帽子着用をお願いします。（心臓病、腎臓病、てんかん等）
- ⑤お子さんの心と体の健康のことで、心配や不安がありましたら保健室までご連絡ください。