

学校保健

## | 健康な生活を送るために

① 基本的な生活習慣を身につけるようにしましょう。

- 早起きをする
  - 顔を洗う
  - 朝ごはんを食べる
  - 食後に歯をみがく
  - 食事前やトイレの後に手を洗う
  - つめを切る
  - 鼻をかむ
  - 早めに寝る
  - ハンカチ・ティッシュペーパーを身につける
  - など

- ※自分で管理できる力を身につけることで自律性が養われます。

※自分で管理できる力を身につけることで自律性が養われます。

## ② 登校前の健康観察をお願いします。

朝の健康観察をお願いいたします。身体の不調を訴えて、普段と様子が違う時は、登校を見合わせることも必要です。無理に登校させても、学習に集中できません。ゆっくり休ませて、体調が回復してから登校させてください。

また、体調不良以外の理由で、登校渋りが続くようであれば担任にご相談ください。

## 家庭での健康観察のポイント

- ・顔色 　・食欲 　・のどの痛みや咳 　・頭痛 　・発熱 　・その他の体調 　・登校渋りなど

\*欠席連絡はデジタルツールを使用しています。詳しくは入学後に手紙を配布します。

体育の授業を見学する際は、連絡帳に記入してください。

## 2 保健室について

新狭山小学校の児童が、いつも健康でいられるようにお手伝いします。

保健室では当日のけがや体調不良についての応急処置を行います。学校管理下以外のけがの手当や、長時間の休養はできません。また、症状が続く場合は、医療機関を受診してください。

けが 】 に対しての【応急処置の場】です。 】 加療はしません。  
体調不良 】 薬は飲ませません。

お子さんが学校で急に具合が悪くなった場合や、けがをして医療機関での診察が必要になった場合は家庭へ連絡しますので、お迎えに来ていただきます。連絡には保健調査票を使用します。記入漏れのないようご注意ください。

【保健調査票】…(本日配布 クリーム色の用紙) 4月8日(水)全員提出

- ① 既往歴・現在の健康状態・アレルギーの有無・緊急時連絡先等の記入をお願いします。(両面)
  - ② 6年間使用します。年度途中で、勤務先や内容に変更があった場合は、担任に必ず連絡をしてください。

※留守にする時は、連絡先をはっきりさせておいてください。

### 3 日本スポーツ振興センターについて

お子さんが学校の管理下（登校から下校まで）で思わぬ災害を受けた時に、医療費の給付を行う制度です。治療費総額5,000円以上（自己負担1,500円以上）が対象になり、全員加入していただいている。新学期に掛け金（年間460円）を集金します。

※「狭山市こども医療費」の制度を利用しても、治療費総額5000円以上の場合は「日本スポーツ振興センター」の制度を利用できます。詳細は4月にお知らせします。

### 4 出席停止について

出席停止とは、学校保健安全法に基づき、集団生活において感染症の蔓延を防ぐために学校長の指示でお休みしていただく措置です。

★ 医師の証明書は不要です。

★ 家庭から学校に連絡があった日から、または診断前に病気欠席していた場合は、その日にさかのぼって出席停止扱いになります。

医師の診断があった日に必ず学校に連絡をしてください。…電話連絡

「インフルエンザと診断されました。」「〇〇の疑いがあると言われました。」

登校を再開する際は、必ず医師の指示に従ってください。

#### 出席停止になる主な疾病

- ・新型コロナウイルス感染症
- ・麻疹（はしか）
- ・風疹（三日はしか）
- ・水痘（水ぼうそう）
- ・流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）
- ・インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症
- ・百日咳
- ・咽頭結膜熱（プール熱）
- ・感染性胃腸炎
- ・その他医師が感染性と認めた病気

出席停止期間基準 ※インフルエンザ…発症後5日を経過し、かつ解熱後2日を経過するまで。ただし、症状により医師に感染の恐れがないと認められた時はその限りではない。

※新型コロナウイルス感染症…発症した後5日を経過し、かつ、症状が軽快した後1日を経過するまで。

※流行性耳下腺炎…耳下腺、頸下腺又は舌下腺の腫れが発現した後5日を経過し、かつ

全身症状が良好になるまで。

### 5 学校生活管理指導表について…別紙 4月8日（水）希望者提出

学校では、心臓疾患、腎臓疾患、糖尿病、その他の疾患、および食物アレルギー等のアレルギー疾患を有するお子さんで配慮が必要なお子さんは、「学校生活管理指導表」の提出をお願いします。特にアドレナリン自己注射薬（エピペン）の処方を受けている場合、学校給食の対応食を利用する場合、学校での管理や配慮を必要な場合（修学旅行、調理実習など）は、必ず提出をお願いいたします。

**医師の診断により医師が記載するものです。**

### 6 定期予防接種について

小学校入学前に受けるべき定期予防接種は原則として無料です。接種対象年齢を超えた場合は全額自己負担になりますので、接種を済ませておきましょう。

**不明な点の問い合わせ先 狹山市保健センター 電話04(2959)5811**

### 7 着替えについて

保健室には着替えの用意があります。パンツは新品をお貸して、そのままお使いいただきますので、返却の際は新品を返却してください。