

4がっ ぽけんだよい

あさひきたしやう ほ けんしつ
R7.4.8 旭北小保健室 No.1

あたたかな春の陽気に誘われて、花壇の花も元気に咲き始めました。
今年も8名のかわいらしい1年生を迎え、新学期をスタートできたことに職員一同嬉しく思っています。
学校では、様々な感染症の予防に努めるとともに、お子さまが安心安全に学校生活を送れるよう、心身の健康管理にも努めてまいります。保護者の皆さまには、今年度も本校の保健安全活動にご理解とご協力をいただければと思います。どうぞよろしくお願いいたします。



自分のからだを知ろう	安全に登下校しよう
------------	-----------



保健関係行事



保健室からこんにちは

本年度もお世話になります、養護教諭の 先生です。
子供たちが毎日元気に学校生活を送れるようサポートしたいと思います。どうぞよろしくお願い致します。

校医の先生方をご紹介します



【学校医】	神谷医院	先生
【学校歯科医】	石崎歯科医院	先生
【学校薬剤師】	さわやか薬局	先生



健康診断がはまります

保健関係の書類について
配付: 4月8日(火) 提出: 4月17日(水)

実施日	検査項目
4月8日(火)	心電図問診票配付
4月10日(木)	身体測定
4月14日(月)	避難訓練⑤(地震火災)
4月16日(水)	視力検査
4月21日(月)	防犯教室(1年生)
4月23日(水)	聴力検査(1・2・3・5年)
4月24日(木)	尿検査 1日目 ★容器配付: 21日(月)
4月30日(水)	交通安全教室⑤



先生に理由を言って、
ことわってから来る



来室理由を養護教諭の
先生に言葉で伝える



すり傷は水道の水で、
自分で洗ってから来る

改正道路交通法の施行により、令和5年4月1日から自転車利用者のヘルメット着用が努力義務化されたことを受け、4月30日(水)交通安全教室にてヘルメットの着用の仕方について確認を行います。

持っていると回答した人は25日(金)までに学校へ持ってきてください。

保健室を利用するときのルールとマナー

保健室はケガや体調不良、健康について学びたい、相談があるときに利用できます



入室するときは「しつれいします」と挨拶を



室内の器具を使うときは
一声かけてから



休養している人が
いるときは静かにする

悩みごとの相談受けます！

保健室で悩みごとを話してみませんか？ 体のことだけではなく、心の健康の相談にもなります。人間関係や進路のことなど、「保健とか健康には直接関係ないかも…」と思うことでも、何でもOKです。問題解決のヒントを一緒に考えましょう。一人で抱えていないで、誰かに話すだけで、心が軽くなる場合もあるんですよ！



★学校において予防すべき感染症について

学校は、児童生徒等が集団生活を営む場であるため、感染症が発生した場合は、感染が拡大しやすく、教育活動にも大きな影響を及ぼすことになります。以下の表の疾患は、出席停止になる感染症の一覧になります。診断を受けた場合には、学校までその旨お知らせください。

「出席停止」になる感染症



病名	出席停止期間
インフルエンザ	発症後5日を経過し、かつ、解熱した後2日を経過するまで
新型コロナウイルス感染症	発症後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
百日咳	特有の咳が消失するまで又は5日間の適正な抗菌性物質製剤による治療が終了するまで
麻疹（はしか）	解熱した後3日を経過するまで
流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）	耳下腺、顎下腺又は舌下腺の腫脹が発現した後5日を経過し、かつ、全身状態が良好になるまで
風しん	発しんが消失するまで
水痘（みずぼうそう）	すべての発しんが痂皮化するまで
咽頭結膜熱（プール熱）	主要症状が消退した後、2日を経過するまで
結核	症状により学校医その他の医師において感染のおそれがないと認められるまで
髄膜炎 菌性髄膜炎	
その他の感染症（感染性胃腸炎 等）	



健康診断

が始まります!

健康診断では、いろいろな検診・検査をして、体が健康かどうかを調べます。

視力検査

目の見えかた

眼科検診

目や目のまわりのようす

聴力検査

耳の聞こえのようす

耳鼻科検診

耳・鼻・のどのようす

尿検査

腎臓病や糖尿病などがないかどうかのチェック

運動器検診

手や足、骨・関節などのようす

身体計測

身長・体重、成長のようす

歯科検診

歯やあご、歯肉（歯ぐき）のようす

内科検診

心臓や肺、骨・皮膚のようす、栄養がとれているかどうかのチェック

結核検診

「結核」という病気のうたがいがいがないかどうかのチェック

毎朝、自分の体調をチェックしよう

体のだるさは?

熱は?

食欲は?

睡眠不足は?



どこか痛いところはある?

元気がいい?

うんちは?

あいさつしよう



健康診断は、みなさんの体がどのように、どれくらい成長したか、体に異常や病気がないかを調べる大切なものです。健康診断のときは、「一列に並んでしずかに待つ」「校医の先生にあいさつする」などの約束を守りましょう。