

# 健康・安全について

～新しい環境での心身ともに健やかな成長のために～

## 1. 健康な生活習慣について

入学するまでによい習慣を身につけさせ、楽しい集団生活が送れるようにしてあげたいものです。そこで、次の事項に気を配って頂きたいと思います。

- (1) 早寝早起きで睡眠を十分にとらせましょう。(9時までに寝かせて、6時半に起床)
- (2) 朝ごはんは必ず食べさせましょう。(一日の活力源です)
- (3) 朝の洗顔、食後の歯みがきも忘れずにさせましょう。
- (4) 毎朝、登校前に排便する習慣をつけさせましょう。
- (5) ハンカチとティッシュを忘れずに持たせましょう。
- (6) 朝の健康観察をして学校へ送り出しましょう。

(顔色、表情、食欲、不調を訴えたら熱をはかる等)

笑顔で「行ってらっしゃい、車に気を付けて」などと声をかけて下さい。

- (7) 手洗い、うがいの習慣をつけさせましょう。(食事の前、トイレの後、外から帰ったら)
- (8) 髪は短めに清潔にさせましょう。(視力低下や目の病気の予防、頭じらみの予防)
- (9) 爪の手入れをさせましょう。(長い爪は、けがや病気の原因になります)



## 2. 病気の治療について

- 就学時健康診断などで発見された病気(むし歯、視力異常、聴力異常、耳鼻疾患など)は入学前に治療を済ませましょう。
- 慢性疾患などで運動制限や食事制限などの特別な配慮が必要なお子さんがいましたら、早めに担任や養護教諭へお知らせ下さい。

## 3. 学校での救急処置と保健室利用について

学校で体調不良や事故が発生した場合、一時的な応急処置の場として保健室を利用します。

### (1) 病気について

- ①頭痛、腹痛、体調不良の訴えがある場合、保健室で一時的に休養させます。
- ②37.5度以上の発熱時、また、それ以下でも容態が悪く、回復しない時は早退させます。その場合は、担任または養護教諭が保護者へ連絡しますので、迎えに来てください。早退は、安全防犯上保護者のお迎えを原則としています。

(健康調査票の緊急連絡先の欄には必ず連絡のとれる連絡先をご記入下さい。)

- ③保健室では市販の内服薬は与えません。

(持病などで薬剤の管理が必要な方は担任や養護教諭まで申し出てください。)

### (2) けがについて

保健室での手当ては、学校管理下で当日起きたけがについて、家庭や医療機関に送るまでの応急的な手当てになります。(翌日からの手当てはご家庭でお願いいたします)



病院での処置を要する場合は、原則として保護者に連絡し受診依頼いたします。

緊急の場合は学校から救急車を要請し病院で保護者に引き継ぐこととなります。

- (3) 日本スポーツ振興センターへの加入※詳細は別紙チラシ「災害給付制度について」を参照  
お子さんが学校管理下においてけがをして医療機関で治療を受けた場合に、医療費の一部が支給される制度です。医療機関の窓口で1500円以上支払った場合が対象となります。この共済は国の補助金、市町村の負担金、保護者の掛け金で運用されています。

#### 4. 欠席の連絡と学校感染症について

- (1) 病気やけが、家庭の事情で学校を欠席するときは必ず学校へ連絡して下さい。

電話で連絡される場合は8時15分頃までは留守番電話となっています。現在はtetoruというアプリに加入してオンラインで行えるサービスを活用して欠席の連絡を受け付けています。

- (2) 出席停止について（学校保健安全法第19条）

① 下記の学校感染症にかかった場合は、集団感染を防ぐことと本人の健康回復を目的として「出席停止」させることになっています。

② 医師の診断を受けて「学校感染症である」と言われたらすぐに学校へ連絡して下さい。

③ 治りましたら医師に「治癒証明書」を記入してもらい学校へ提出して下さい。

（※インフルエンザに限っては「インフルエンザ経過報告書」）

（治癒証明書・経過報告書等の用紙は入学後配布いたします）



主な学校感染症と出席停止の基準		提出様式
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	インフルエンザ経過報告書 （*保護者が記入）
百日咳	特有の咳が消失するまで、または5日間の適正な抗菌薬療法が終了するまで	登校許可証明書 （*医療機関が記入）
はしか（麻疹）	解熱後3日を経過するまで	
おたふく風邪 （流行性耳下腺炎）	耳下腺・顎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	
三日はしか （風疹）	発疹が消失するまで	
水ぼうそう （水痘）	全ての発疹が痂皮化するまで	
流行性結膜炎	医師において感染のおそれがないと認められるまで	
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	

## 5. 健康診断について

入学後、学校保健安全法第13条に基づいて、4月から6月にかけて健康診断がおこなわれます。検査の結果、異常の疑いがあれば通知します。早めに専門医の検査を受け、その結果を学校へ提出してください。

### <1年生が受ける検査項目>

検査日程や方法、準備物等については、入学後に「学年だより」や「保健だより」でご確認下さい。

- 身体計測      ○尿・ぎょう虫検査      ○歯の検査
- 視力検査      ○心電図検査      ○聴力検査
- 内科・結核健康診断・運動器の検査



### 保健関係提出物

記入漏れがないかどうかを確認し、入学式の受付で提出して下さい。

(1) 保健調査票 …… 健康管理、緊急時の連絡、内科検診で使用します。

~~(2) 心臓検診調査票 …… 心電図検査に使用します。~~

## ☆早寝・早起き・朝ごはん☆

### 【朝ごはんを食べると】

- ① 胃や腸など消化器系が刺激を受けて、排便が促されます。
- ② エネルギーが作り出され、活発に活動できます。
- ③ 脳にエネルギーが届き、頭もすっきり目覚めます。
- ④ 体温が上がり、体が目覚めます。(低体温：35度台の子どもが増えています)

### 【早起きの効果】

- ① ゆっくり洗顔・歯みがきができる
- ② 朝食がしっかりとれる
- ③ 排便の時間がとれる
- ④ 時間にゆとりがあると家族の会話ができる
- ⑤ あわてないため、安全を確認しながら登校できる



新生活のスタートにあたり、最良の健康状態で入学できるといいですね。

何か不明な点がありましたら、いつでもお問い合わせください。

917-3339 那覇小学校 保健室まで