

命きらきら♪



令和3年度 No.1
令和3年4月9日
水俣第一小学校 梔

にゅうがく
ご入学おめでとうございます。みなさんが入学するのを、まいにちこころま
まいにちげんき どうこう はや はや お あさ せいかつ
ました。まずは毎日元気に登校できるように、早ね、早起き、朝ごはんの生活リ
ズムをくずさないようにしましょう。ほけんしつ けんこう す
保健室はみなさんが健康に過ごせるように
ささ ねんかん ねが
支えています。1年間、よろしく願いします。

ほけんしつ 保健室ってどんなところ？

だれがつかうの？

だれでもつかえる場所です！

ただ、けが・体調の具合によっては、順
番通りに対応できないことも
あります。思いやりの心で、
ご協力をお願いします！



いつつかうの？

こんなときは来てください！

- ・体調が悪い ・けがをした
- ・なやみや相談ごとがある
- ・体や心について知りたい



どうやってつかうの？

ようごきょうゆ かこい
養護教諭の枡です。み
なさんが心も体も健康
で過ごせるようにサポ
ートしていきます！
いちねんかん
一年間どうぞよろしく
ねが
お願いします。



まも
守ってほしいルールがあります！

①来室するときは、先生に伝えてから来てくださいね！

→なにも言わずにいなくなると、先生も周りの人も心配しま
す。

②保健室の中では静かに過ごしましょう！

→からだの具合が悪くて、休んでいる人もいます。

③けがや具合について教えてください！

→「いつ、どこで、なにをされていて」などの情報で、
どんな手当てをするか判断します。

④保健室のものは、勝手にさわりません！

→まずはじめに、先生に声をかけてくださいね。
つか あと もとどお
使った後は元通りにしましょう。

けんこうしんだん 健康診断がはじまります！

身体測定、^{しんたいそくてい}視力・^{しりょく}聴力検査^{ちやうりょくけんさ}のスケジュール

	4月12日（月）	4月13日（火）	4月14日（水）	4月15日（木）
1校時	2ねんせい		3ねんせい	5ねんせい
2校時		1ねんせい		
3校時			4ねんせい	6ねんせい
4校時				

身体測定では、こんなところをチェック☑しています！

体操服をわすれないでね

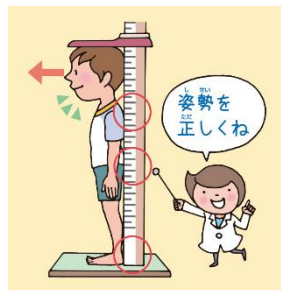
☑体がバランスよく大きくなっているか。

☑太りすぎ、やせすぎになっていないか。

身長のはかりかた

- かかと、おしり、背中を身長計につける。
- 少しだけあごを引く。

※かみの毛が長い人は、
じゃまにならないよ
うに低い位置で結び
ましょう。



体重のはかりかた

- そっと体重計に乗る。
- はかれるまで動かない。

※じっとしていないと、
うまくはかれません。



聴力検査のうけかた

耳の聞こえをチェック☑しています！

1. 右耳から始めます。



2. 音が聞こえたら、
ボタンを押します。



3. 左耳も同じように
します。



※ちいさな音で、周りの人たちは、
しずかにしましょう。



視力検査のうけかた

目の見えかたをチェック☑しています。

☆ランドルト環を見て、どこが開
いているか答えよう！

☆かくしている方の目は、開けた
ままにしましょう。

☆目を細めて、検査しないように
しましょう。



2. 左目をかくして、
右目から調べま
す。



3. 反対の目をかく
して、左目を調
べます。



めがねの人は、めがねをわすれないでね。

4. しゃ眼鏡代わり
の黒い紙は、置いて
あるゴミ箱に捨てま
しょう。



保護者の方々へ

保健調査票の記入をお願いします

保健調査票は「学校医による健康診断時の診察」、あるいは「日常の学校生活や行事における健康管理」、そして「緊急時に対応するための資料」として活用させていただきます。お子さまの様子をできるだけ具体的に詳しくご記入ください。



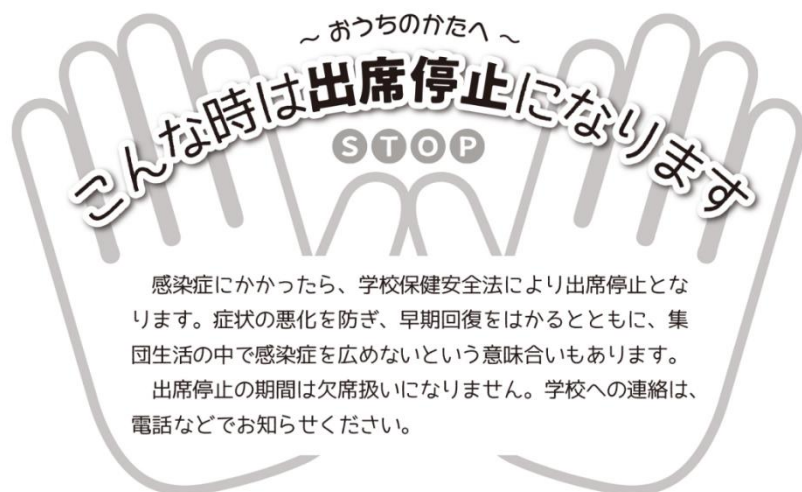
※年度途中に連絡先の変更（連絡先、電話番号、住所など）がありましたら、担任までご連絡ください。

災害共済給付制度 についてのお知らせ



学校の管理下でケガをして医療機関にかかったとき、医療費の一部が給付されます。総医療費5,000円（自己負担3割の場合、支払い額が1,500円）以上が対象になります。受診した月から2年間請求を行わなければ給付を受けられなくなるので、早めに保健室にお知らせください。

学校管理下においてケガをし、その後病院受診をした場合、「災害共済給付制度」を優先して利用されてください。保護者様には一時的に医療費の負担をお願いすることになりますが、申請から1～2カ月後に医療費（3割）とお見舞金（1割）の計4割が給付されます。医療費の給付については日本スポーツ振興センターの審査によるものです。なお、災害状況などから「給付対象外」と判断され、給付が受けられない場合もあります。



㊦ 出席停止となる主な感染症

インフルエンザ、百日咳、はしか、おたふくかぜ、風しん、水ぼうそう、プール熱、結核、髄膜炎菌性髄膜炎 など



※新型コロナウイルス感染症も出席停止扱いです。

欠席連絡についてお願い

体調不良やケガなどでお子様が学校を欠席する場合、必ず学校まで確実にご連絡ください。保護者様からの連絡がなく、子供も登校していないということがあると、とても心配します。

また、学校を遅刻する場合も、欠席する場合と同様に、学校まで確実に連絡をお願いします。

特に、学校を遅刻して、病院受診をしたときですが、「当初は登校させる予定だったが、欠席することになった」という場合は、その都度学校まで連絡をよろしくお願いします。

体調不良等で病院受診し、医師から出席停止扱いの診断名が出た後は、必ず学校へ連絡をお願いします。原則、保護者から16時までに連絡があった場合、その日から出席停止扱いになります。

新型コロナウイルス感染症は、まだまだおさまる心配がありません。多くの地域で感染者が増えている状況です。お子様にかぜ症状（発熱、鼻水、咳、強いだるさや息苦しさ（呼吸困難））などの症状などが見られれば、無理な登校は控え、必ず学校へご連絡ください。なお、リスクレベルに応じて出席停止・欠席の扱いが変わりますことを申し添えます。詳細は、学校にお尋ねください。

また、本年度も「健康観察カード」を配付いたします。毎朝家庭での健康観察を実施していただきますようお願いします。

「健康観察カード」は、毎日学校へ持参し、朝の会までに学級担任へ提出をお願いします。担任の方でカードのチェックを行い、その日のうちにお子様へお返しします。

あらためまして、お子様のご入学おめでとうございます。お子様ならびに保護者の皆様に会える日を心待ちにしておりました。来週から元気に登校してくるのが楽しみです。

保健室からは、子供たちが元気に楽しく学校生活を送り、そして心身ともに健やかに成長してくれることを願って、「ほけんだより」を発行いたします。ほけんだよりを通じて、お子様とおうちの方が、健康について話し合うきっかけとなればと思います。記載内容につきましては、どうぞお気軽にご意見、ご感想をお聞かせください。

また、1学期は保健行事が多く、さまざまな提出物・準備物があります。その中で持ち物や服装、髪型などについてもお願いすることがあります。特に提出物につきましては、健康診断の資料になりますので、期日を守っていただきますと大変助かります。1年間、どうぞよろしくお願いします。