

入学に向けた健康管理について

保健室では、お子様が元気に楽しく学校生活を送れるよう、心身両面から支援して参ります。何かお子様の体や心について気になることがありましたら、お気軽に保健室までお声がけください。

元気に楽しく学校生活を送るために

1. 規則正しい生活習慣を心がけましょう

①睡眠…睡眠は1日の疲れを取ることはもちろん、記憶の整理、免疫機能、成長にも深く関わります。

朝起きたら太陽の光を浴びて、昼間はたっぷり外で遊ぶとぐっすり眠れます。小学生に必要とされる睡眠時間は10時間程度と言われていますが、最適な睡眠時間は人それぞれです。お子様に合った睡眠時間を確保するようにしてください。

②食事…特に1日の始まりである朝食は、大切なエネルギー源です。食べることで体温が上昇し、脳が刺激されて集中力や記憶力が高まります。食べたものが胃腸に届くと胃腸も刺激を受けるので、登校前の排便習慣も身に付きやすくなります。栄養バランスも意識しましょう。

③排便…登校前に排便を済ませる習慣を身に付けましょう。いつもと同じ時間に寝起きできていると、朝の時間にもゆとりが生まれます。トイレの時間を確保するようにしましょう。トイレを使用した後のトイレットペーパーの扱いや、レバーを押してしっかり水で流すことなど、基本的なトイレの使い方についてご指導をお願いいたします。

④清潔…手洗い、うがい、ハンカチ・ティッシュの携帯や、歯みがき、洗顔、手足の爪を短く切って清潔にする、自分で鼻をかむなど、学校生活を気持ちよく過ごせるように自分でできる清潔習慣を少しづつ増やしておきましょう。

★富勢西小学校ではむし歯予防のために給食後「歯みがきタイム」を設けています。また、週1回フッ化物洗口を行っています。お子様のご入学後、説明を行う予定です。

2. 登校前に丁寧な健康観察をお願いいたします

登校前に、お子様にいつもと異なる様子がないか、丁寧な健康観察をお願いいたします。寝起きは悪くないか、顔色はどうか、食欲はどうか、頭痛、腹痛、発疹や風邪など感染症を思わせる症状がないか、排便はあるか等をチェックしましょう。

いつもと異なる様子が見られたときは検温をして、体調の確認をしてください。体調がすぐれないときは無理をせず、登校を控えてご自宅でゆっくり休ませてください。

3. 就学時健康診断の結果を踏まえて

お子様に何か所見がありましたら、入学までにかかりつけ医を受診し、治療・相談を済ませてください。また、予防接種に未接種のものがありましたら、入学までに受けてください。

麻しん風しんワクチン（MRワクチン）の2期は、令和8年3月31日まで（就学前の1年間）無償で受けられます。麻しん・風しんは感染力が非常に強く、合併症の可能性もある感染症です。入学までに

必ず接種するようご協力をお願いいたします。

保健室の利用について

1. 保健室とは

保健室は学校の保健センター的役割を担っており、養護教諭が執務にあたっています。健康診断、健康相談、応急処置等を行います。

2. 体調不良やけがの対応について

保健室では、学校管理下における当日中のけがや、体調不良に対応することができます。医療機関とは異なるため、医療行為や内服薬の投与、継続したけがの手当て等は行えませんのでご承知おきください。

病院受診を要する場合や、早退する際には保護者の方の迎えが必要です。必ず連絡がつくように指導用調査票に緊急連絡先をご記入ください。緊急連絡先が変わった場合には、その都度担任へお知らせください。

けがの対応…応急処置の範囲で行います。帰宅後はご家庭にて様子を見ていただき、消毒やばんそうこの貼り換え等を行ってください。病院を受診した場合は学校までご連絡ください。

体調不良の対応…保健室での休養は原則1時間までです。休養後、回復がみられない場合には早退となります。

嘔吐した場合には感染性胃腸炎の蔓延防止のためお迎えをお願いする場合があります。吐物で汚れてしまった服は、そのまま袋に入れてお持ち帰りいただいておりますのでご承知おきください。

健康診断について

4月から夏休み前にかけて、いろいろな健康診断が実施されます。それに伴い、4月の慌ただしい時期に多数の提出物をお願いしております。大変恐縮ではございますが、未記入や印もれのないように整えていただき、期日までにご提出ください。実施項目が他の学年よりも多いので、学校だより等の予定表を参照し、準備を忘れずにしてきてください。

健康診断の結果、何か所見があった場合には受診をおすすめするお手紙を配ります。お手元に届きましたら早めにかかりつけ医を受診していただき、結果の用紙を学校までお届けください。

学校での健康診断はあくまでもスクリーニング検査ですので、疑わしい様子があった場合には学校医の判断の基、受診のおすすめをお配りしています。かかりつけ医に受診した結果、特に異常が見られない場合がございますが、ご了承ください。

入学式に配付する保健関係書類

- ・保健調査票
- ・日本スポーツ振興センター災害加入の同意書
- ・心臓検診調査票



出席停止について

医療機関を受診し、下記の感染症と診断された場合は学校保健安全法により、感染拡大防止のため出席停止の扱いとなります。

インフルエンザ、新型コロナウイルス感染症、百日咳、麻疹（はしか）、風疹、流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）、水痘（水ぼうそう）、咽頭結膜熱、百日咳、結核、髄膜炎菌性髄膜炎、腸管出血性大腸菌感染症、流行性角結膜炎、急性出血性結膜炎、溶連菌感染症、ウイルス性肝炎、感染性胃腸炎、マイコプラズマ感染症、RSウイルス感染症、伝染性紅斑（りんご病）、手足口病、帯状疱疹
※その他、医師の判断により出席停止とされたもの

これらの感染症と診断されましたら、速やかに学校までご連絡をお願いいたします。該当の疾患名、発症日、登校再開が可能な日を医師に確認してください。

登校を再開する日には、保護者の方が記入した「療養報告書」を担任へ提出してください。「療養報告書」は柏市HPまたは本校HPからダウンロードできます。

独立行政法人日本スポーツ振興センター災害共済給付制度について

日本スポーツ振興センター法に基づいて、学校における安全教育及び安全管理の普及充実を図ることを目的とし、学校管理下での子どもたちの負傷事故に関して給付を行う制度があります。給付の対象となるのは、窓口で1500円以上支払うけがの場合です。入学後に手続きをとりますが、柏市では共済掛金の半額を負担しており、ご家庭の負担は年間460円です。原則として、全児童の加入をお願いしております。

「柏市こども医療費助成制度」が導入になり、通院1回につき300円で治療を受けることができますが、学校管理下のけがにつきましては、「柏市こども医療費助成制度」は使用せずに、3割負担で治療を受けてください。治療完了後、1割増しの4割が治療費として給付されます。

健康上配慮が必要なお子様について

お子様が心臓疾患、腎臓疾患、ぜん息、てんかん、川崎病等継続的に治療、投薬、検診を受けている場合は、学校生活における注意事項等をあらかじめ主治医とよく相談しておいてください。

お子様に学校生活において管理や配慮が必要な疾患がある場合、「学校生活管理指導表」を医療機関にてご記入いただき、学校へご提出いただいております。該当する場合は用紙をお渡しますので、学校までお知らせください。

お子様のご入学を心よりお待ちしております！

