

## 5. 【学校保健について】 ～保健室より～

### 1. 健康で楽しい小学校生活をスタートさせるために

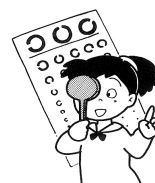
- ①就学時健康診断で指摘されたむし歯や病気については、入学までに治療及び検査を済ませましょう。
- ②未接種の予防接種がありましたら、主治医に相談の上、なるべく早めに受けましょう。
- ③既往症（心臓疾患、腎臓疾患、てんかんなど）、食物アレルギーがあるお子さんで、学校生活や給食に配慮が必要な場合は「管理指導表（医師が記入するもの）」を提出してください。  
※入学前に定期検診がある場合は、管理指導表をお渡ししますので、お申し出ください。

### 2. ㊦健康調査票について

- 本日お渡しした封筒に入っている『健康調査票』について、漏れなく記入していただき、入学式の翌日（次の登校日）に提出してください。
- ※連絡先や勤務先、お子様の健康状態等、記入内容について変更があった場合は、その都度早めに御連絡ください。緊急連絡がとれるように御配慮をお願いいたします。

### 3. 定期健康診断について（4～6月）

- 健康診断関係のアンケートや書類を配布します。記入もれや提出もれがないよう、お願いいたします。提出は入学式です。
- ※健康診断で疾病や異常が見つかった場合は、受診をお勧めするお知らせ用紙を渡します。早めに専門医に診てもらい、その結果を学校まで返信してください。



### 4. 欠席・遅刻・早退の連絡について

- 欠席・遅刻・早退の連絡は、理由を含め、「teturu」もしくは連絡帳でお願いします。  
やむを得ず電話の場合も、始業前（8：20）までに連絡をお願いします。  
早退の際、児童一人下校はできませんので、必ず教室や保健室までお迎えをお願いします。

※町田市教育委員会では、市内小中学校の欠席状況を把握し、感染症の流行を一早く周知する欠席者情報システムを導入しています。「体調不良」ではなく、欠席理由となる症状（感染症症状の場合は受診状況含め）御連絡ください。

☆症状（複数あれば全て、具体的に記入）

- |  |
|--|
| ・発熱（   ℃）   ・頭痛   ・下痢、腹痛   ・吐き気、嘔吐   ・発疹 |
| ・急性呼吸器症状（鼻水、鼻づまり、のどの痛み、咳などかぜ症状）          |
| ・インフルエンザ様症状                              |

☆感染症症状（発熱を伴う発疹・のどの痛み・目の充血・咳など）は受診したかどうか

- |                                  |
|----------------------------------|
| ・受診状況：   未受診   ・   受診            |
| → 診断名：インフルエンザ（   型）、新型コロナウイルス感染症 |
| 感染性胃腸炎・マイコプラズマ肺炎、その他（   ）        |

## 5. 規則正しい生活習慣を身につけましょう

### ① 規則正しい生活

○睡眠を十分にとりましょう。

就寝時間が遅く、寝不足の場合、学校生活や学習に影響を及ぼします。

まずは、早起きから始めましょう。朝、カーテンを開けて朝日を浴びることで体内時計がリセットされます。

○昼間、しっかり体を動かしましょう。ほどよい疲れが早寝につながります。

○栄養バランスのよい食事を3食とりましょう。特に朝ごはんは大切です。

朝食ぬきでは、脳や体へのエネルギー切れで、登校しても元気に活動できず授業にも集中できません。また、朝の排便を促すためにも重要です。

○毎日、朝晩の歯みがきをして歯を大切にしましょう。歯は一生の宝物です。

低・中学年のうちは、大人の仕上げみがきが必要です。



### ② 清潔な生活

○洗顔、手洗い、うがいの習慣を身に付けましょう。

洗顔は身だしなみの基本！ 手洗い・うがいは病気予防の基本！です。

○ハンカチ、ティッシュを身に付けましょう。

ポケットやポシェットに入れて、いつでも使えるようにしましょう。

○つめを切っておきましょう。(深爪に注意！) 自分で切れるように練習しましょう。



### ③ 衣服の調節を自分でしましょう。

○普段から薄着で過ごしましょう。

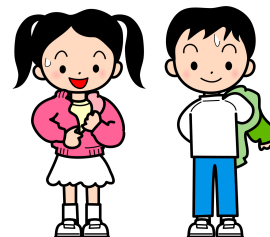
○下着を身に着けましょう。

○暑さ、寒さ、体調に合わせて調節できる服装を工夫しましょう。

教室の中では、防寒用のコート類は脱いで過ごします。

※学校で困った時に、上ばき・傘・衣服の貸し出しをしています。

下着については新品に着替えますので、新品の物を返却して下さい。



## 6. 学校での病気やけがについて

### < 病気の場合 >

○保健室で休ませて様子を見ます。(保健室休養は、基本的に1時間を目安とします)

熱がある場合や、熱がなくても体調が回復しない場合は、家庭連絡をします。

※児童一人で下校させることはできません。また、学童やまちともに行くこともできません。

○学校に内服薬はありません。

なお、家庭から持参した内服薬の服用、外用薬の塗布、目薬の点眼などは、自分でできるようにお願いします。(場合によっては、対応について御相談ください。)

登校前の健康観察をお願いします。

熱がなくても、学校生活・学習が困難な場合は、自宅静養・様子観察してください。

### < けがの場合 >

○学校(登下校含む)でけがをした児童に、保健室で応急処置をします。その後の経過観察、下校後の様子によって、医療機関の受診した場合は、学校まで連絡をお願いします。

翌日以降の絆創膏や湿布の交換・御家庭でのけがは、御家庭で処置対応してください。

○緊急対応の場合は、保護者の方に連絡をします。保護者の方に連絡が取れない場合は、学校医の指示や学校の判断で医療機関に搬送、もしくは救急車要請で緊急受診します。  
※個人情報の関係や検査・治療の内容により、保護者承諾を要するため、緊急受診の際は、保護者の方も、保険証持参の上、学校または、医療機関へ出向いてください。

## 7. 学校感染症について

医師より感染症の診断がつかましたら、早急に学校へ連絡をしてください。

○町田市特定11の診断を受けた場合（下記①～⑪）は、医師の許可ができるまで出席停止です。  
→学校から『登校許可証』（複写式）を受け取り、医師に記入してもらって、登校する際、児童に持たせて、学校へ提出してください。

①百日咳 ②麻疹（はしか） ③流行性耳下腺炎（おたふく） ④風疹（三日ばしか）  
⑤水痘（水ぼうそう） ⑥咽頭結膜熱（プール熱） ⑦結核 ⑧髄膜炎菌性髄膜炎  
⑨流行性角結膜炎（はやり目） ⑩急性出血性結膜炎 ⑪溶蓮菌感染症

○他の学校感染症についても、医師の診断を受けた場合、出席停止扱いの感染症になります。  
ただし、医師による『登校許可書』ではなく、保護者による『登校報告書』が必要になります。  
→学校から『登校報告書』を受け取るか、本校ホームページからダウンロード・印刷の上、保護者が記入し、登校する際に児童に持たせて、学校へ提出してください。

新型コロナウイルス感染症、インフルエンザ

☆ 感染性胃腸炎、手足口病、伝染性紅斑（リンゴ病）、マイコプラズマ肺炎 など

☆ の感染症の診断は、医師より登校を控えるよう指示があった場合

※『登校許可書』『登校報告書』に記載の日程期間は、出席停止で、欠席にはなりません。

## 8. 日本スポーツ振興センター災害共済給付金および 学校災害補償保険について



- 学校の管理下（登下校中を含む）でけがをして医療機関にかかった場合、医療費などの給付金を申請することができます。（掛金は市が全額負担）
- 手続きに必要な用紙は保健室にありますので、お申し出ください。
- 給付対象など詳しい内容については添付のプリントをお読みください。

小学校入学は、お子様にとって、大きな環境変化になります。お子さんが、小学校入学を楽しみに、また前向きに迎えられるよう、入学準備や生活習慣を整えましょう。  
これから先の長い学校生活で、基本となり、一番大切なのが「健康」です。  
子どもたちが心とからだを大切に、より健康に生きていく力を育てられるよう、学校保健に関する御協力をお願いいたします。