

健康管理について

(1) 基本的な生活習慣を身につけましょう。

①早寝・早起きの習慣をつけましょう。(低学年で9～10時間)

睡眠をしっかりとると

- 成長ホルモンの分泌が良くなる。
- 病気に打ち勝つ免疫力がアップする。
- 心身が安定する。

②必ず朝食をとってから、登校しましょう。

③洗顔・歯みがき・手洗い・うがいの習慣をつけましょう。

④登校前に排便の習慣をつけましょう。

☆登校前に朝の健康観察をお願いします。

新学期は、子供たちにとって大きな環境変化の時期であり、新しい友達・先生との出会いなど刺激が多く、心も体も疲れやすくなっています。朝は、一日の中で一番忙しい時間帯ですが、ゆったりと余裕を持って笑顔で送り出してあげてください。

*毎朝「おはよう」とあいさつ…その時の表情・調子・話ぶりに気をつけて。

*朝食はできるだけ一緒に…食欲は体調のバロメーター。

健康観察のチェックポイント

- ①顔色はどうか？
- ②食欲はあるかな？
- ③熱はないかな？
- ④排便はあったかな？
- ⑤目がはれたり、充血したりしてないかな？
- ⑥皮膚に発疹はないかな？



「親は名医にまさる」といわれています。いつもと様子が違う・変だな?と思ったら、熱を計ったり(おでこに手を当てるだけでも子供は安心するようです)よく話を聴いてあげるなど、お子さんに応じた手当てをお願いします。

(2) 保健室の利用について

◎保健室は、学校の保健センターです。

《主に行うこと》

- ・けがや病気の応急手当て
- ・健康診断
- ・保健指導
- ・健康相談
- ・児童の保健活動の場
- ・保健資料の収集や保管
- ・その他相談活動

①学校で具合が悪くなったとき

具合が悪いときは保健室で休養させて様子をみます。しばらく休んでもよくなるしない、熱がある・その他で授業が続けられない場合は、保護者に連絡して学校まで迎えに来てもらいます。

※学校では、内服薬は与えない。

※学校へ持たせる場合は、1回分のみ。担任への連絡も忘れずをお願いします。

②外科的なもの

- 軽いけがは、保健室で手当てをします。
- 病院で治療を受ける必要がある場合は、保護者に連絡し専門医を受診してもらいます。
※緊急を要する場合・保護者に連絡が取れない場合は、すぐに病院に移送し病院で保護者に引き継ぎます。
- ※家庭でのケガは、各家庭で手当てをお願いします。

(3) 保健調査票の記入について

児童の健康管理・指導・相談・緊急時の連絡用に「保健調査票」を利用しています。お子さんの健康状態や既往歴などを、できるだけ正確にご記入下さい。尚、連絡先については携帯電話の番号もあわせてご記入下さい。「保健調査票」提出後に連絡先が変更になった場合は、その都度担任へ連絡して下さい。

※裏面「結核問診」は、必ず「はい、いいえ」に○をして下さい。

(4) 食物アレルギーについて

毎月、給食センターから「献立表」が配布されます。

食物アレルギーのあるお子さんは、毎日ご家庭でチェックして下さい。

※保健調査票に記入欄がありますので詳しくご記入下さい。また、食物アレルギーがある場合その他必要な書類を提出して頂くことがあります。

(5) 定期健康診断について

毎年、4月～6月にかけて健康診断が（下記）あり、大きく分けて二つのねらいがあります。



①学習や運動などの日常生活を送る上で、注意すべきことがないかをスクリーニングする

学校で行う健康診断は、問題のあるものや疑いのあるものをふるい分ける、スクリーニングです。「問題または疑いがある」という結果が出たときは病院などの医療機関でより詳しい医学的な検査を受け、どこが悪いのかどの程度悪いのかを診てもらうことが必要です。

②児童が自分自身の体のようすを知り、自分の体に関心を持つ機会とする

自分自身の体のことをよく知り、からだに関心をもつということは、自分の体に合わせてより健康に生活していく力を育てることにつながります。さらに自分や他人の生命を大切にすることを育てることにもなります。

※検査日程については、入学後一覧表にして配布します。また、それぞれの検査の前にはお知らせを発行しますので、きちんと目を通して下さい。

※提出物は、期限を守るようにご協力をお願いします。（記入もれがないように！）

(6) 欠席や出席停止の取り扱いについて

何らかの理由で欠席する場合は、始業前（7:45～8:15）までに必ず学校へ連絡して下さい。（入学後、欠席届け用紙を配布します。）※電話での連絡は、できるだけひかえて下さるようお願い致します。

感染症の場合は学校保健安全法により欠席しなくてはなりません。この場合、本人の安静と他の児童への感染を予防する意味で、定められた期間「出校停止」となります。

感染症の症状がある時やその疑いがある時は自己判断せず、医師の診察を受けて下さい。

※登校する場合は、病院で「登校許可届け」をもらってから登校させて下さい。「登校許可届け」は保健室からもらって下さい。

(7) 学校管理下での災害救済制度について

毎年、年度初めに独立行政法人日本スポーツ振興センターへの加入手続きを行っています。同センターは学校の管理下で起きたけがや災害に対して医療費や見舞金などを支給する公的機関です。

◆給付を受けられるのは？

①学校管理下でけがをしたとき

※学校管理下となる範囲

- ・学校が編成した教育活動に基づく授業中（各教科・特別活動）
- ・学校の教育計画に基づく課外授業中（遠足・校外学習・宿泊学習・修学旅行）
- ・休憩時間中（始業前・業間休み・昼休み・放課後）
- ・通常の経路、方法による通学中（登校から下校）

②療養に関する総医療費（保険診療含む）が、5,000円以上のとき

※本人負担が1,500円以上のとき

◆手続きの方法は？

- ・給付手続きは学校が行います。上記の条件に当てはまるけがをした時は、担任か保健室までご連絡下さい。（給付金請求の时效は、けがをした日から二年間です。）
- ・掛け金は、入学後お知らせをし、徴収します。

保護者負担額（年額） 一般児童¥230 準要保護児童¥184 要保護児童¥0

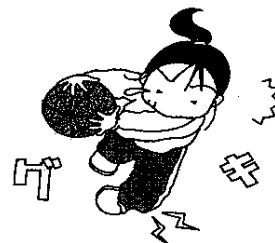
◆こんな場合は給付されません！

①総医療費（保険診療含む）が、5,000円未満のとき
（本人負担が1,500円未満のとき）

②交通事故などで損害賠償を受けたとき

③生活保護を受けているとき

※公費（宜野湾市子ども医療費助成）を使用したとき



☆お子様が心も体も健康で安全な学校生活がおくれますよう、保護者の皆様と共にお子様の成長を見守っていきたく思いますのでご協力よろしくお願い致します。

令和 年 月 日
 直野湾市立大謝名小学校
 校長 早田 美
 (公印省略)

出席停止のお知らせ

この度、お子様が下記の〇印の病気にかかられたという連絡を受けましたので、学校保健法第19条の規定により、出席停止をお知らせします。

医師から登校してもよいという許可が出ない事になります。その間しっかりと休ませ、きちんと治してください。

医師から登校の許可ができましたら、下記の『登校許可届』に必要事項をご記入の上、押印し、学級担任に提出して下さい。(登校許可届を提出することで診断書にかえる事ができます。その場合、診断書の添付は必要ありません。)

第1種	法定感染症(コレラ、赤痢、ペスト等)	医師の許可があるまで
	インフルエンザ	発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2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日間の連日咳が慢性状態に陥るまで
第2種	麻疹(はしか)	発熱後3日を経過するまで
	風疹(三日はしか)	発熱が清えるまで
	水痘(みずぼうそう)	すべての発疹がかさぶたになるまで
	流行性耳下腺炎	耳下腺、顎下腺又は舌下腺の腫脹が出た後5日を経過し、かつ、全身状態が良好になるまで
第3種	腸管出血性大腸菌感染症(O-157等)	症状に依りて出席停止の必要性を医師が判断し医師の許可があるまで
	流行性結膜炎	
	その他、手足口病、溶連菌感染症、伝染性紅斑	

----- キ リ ト リ -----

登校許可届け

年 組 氏名

病名	
出席停止期間	月 日 () ~ 月 日 ()
上記、病気のため欠席していましたが、 月 日 () に、 () 病院で受診した結果、治癒しており 登校許可が出ましたのでお知らせ致します。	
令和 年 月 日	保護者名 印

欠席届

令和 年 月 日

大謝名小学校
 学校長 殿

年 組 番

児童氏名 _____ 印
 保護者名 _____ 印

本日、下記の理由で欠席させていただきますのでお届けします。

【症 状】

1. かせ
2. 頭痛 (度)
3. 発熱 (度)
4. 腹痛
5. 歯痛
6. 目の病気
7. 耳の病気
8. 鼻の病気
9. 皮膚の病気
10. け が ()
11. 忌 引 ()
12. その他 ()

【手当て】

1. 病院に行きます。
2. 家で休ませて様子をみます。
3. その他 ()