



おうちの人にも  
見てもらってね。

令和7年4月8日  
上島町立弓削小学校

入学・進級おめでとうございます。新しい年度、新しい春が始まりましたが、どんな気持ちで過ごしていますか？ワクワクで胸がいっぱいの人、心配だなあと感じている人、あるいは両方の気持ちを行ったり来たりしている人、色々だと思います。皆さんが元気に歩み出せるよう、保健室から応援します！



### 4月の予定

- 10日(木) 身体計測・視力検査 (全校)
- 14日(月) 内科検診 (全校)
- 16日(水) 耳鼻科検診 (全校)
- 18日(金) 参観日、PTA総会

## 1学期中は提出物がたくさんあります

保護者の方へ

1学期は健康診断の問診票や、お子さんのアレルギーや健康の状態を確認するための書類など、たくさんの提出書類があります。提出期限が早いものもあり、お忙しい中大変お手数をおかけします。



ご協力のほど、よろしくお願い申し上げます

書類内容	提出日
<input type="checkbox"/> 緊急連絡カード (1年：必要事項を記入、2～6年：修正箇所あれば記入)	4月9日(水)
<input type="checkbox"/> 日本スポーツ振興センター加入同意書 (記名、押印) ※1年のみ	4月10日(木)
<input type="checkbox"/> 色覚検査希望書 (記名) ※4年のみ	
<input type="checkbox"/> 健康手帳 ※詳細は別途配付いたしますプリントをご確認ください。 <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 表紙の新学年の保護者欄に押印 or サイン 【1年のみ】生年月日を記入</li> <li><input type="checkbox"/> 2ページの新学年の欄に「既往歴 (今までにかかった病気)」を記入</li> <li><input type="checkbox"/> 【1年のみ】3ページに、母子手帳を参考に予防接種の記録を記入 (流行性耳下腺炎や水痘等の予防接種を受けている場合は、その他の欄に記入)</li> <li><input type="checkbox"/> 4～5ページの新学年の欄に「身体状況 (内科・皮膚科・整形外科)」を記入 (内科検診で詳しく診てほしいことをその他の欄へ記入)</li> <li><input type="checkbox"/> 6ページの新学年の欄に「身体状況 (眼科・耳鼻科)」を記入 (眼科・耳鼻科検診で詳しく診てほしいことをその他の欄へ記入)</li> <li><input type="checkbox"/> 7ページの新学年の欄に「身体状況 (歯科)」を記入 (歯科検診で詳しく診てほしいことをその他の欄へ記入)</li> </ul>	4月11日(金)
<input type="checkbox"/> フッ化物洗口申込書 (氏名、必要事項記入) ※パンフレット配付	
<input type="checkbox"/> 結核問診票 (新学年の欄に記入、【4～6年のみ】押印)	



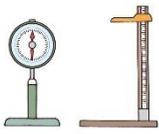
# 健康診断が始まります

## 何のため?

### 健康診断

健康診断が始まります。健康診断は、みなさんが毎日学校に来て勉強をした  
り友だちと遊んだりできるように、「病気がないか」「生活で注意するところ  
はないか」「問題なく成長できているか」などを確認する大切なものです。

自分の体について知ることができる1年に1度のチャンス。ただ検診を受ける  
だけではなく、どのようなことを調べるのか、また今の自分がどういう状態なの  
かを知って、健康でいるための手がかりにしてもらえたらうれしいです。大切な  
健康は自分で守る。そのためにできることを考える機会にしてください。

にちじ 日時	しゅるい 種類	しら 調べること・すること	きつ 気を付けること
4月10日(木) ～ 4月15日(火)	しんたいそくてい 身体測定 	しんちょう たいじゅう 身長と体重をはかり、どれく らい成長したか、バランスよ く成長しているか調べます。 	ただ 正しい身長をはかるために、 かみ お 髪は下ろすか、下の方で結ん で来ましょう。
	しりよくけんさ 視力検査 	かたほう め まる とぎ 片方の目で丸の途切れている方向を指でさし、 どれくらい見えているかを調べます。	かみ め ○ 髪が目にかからないよう にしましょう。 めがね つか ○ 眼鏡を使っている人は、 わす 忘れずに持って来ましょう。
	ちょうりよくけんさ 聴力検査 	ひく おと たか おと き おと き 低い音と高い音を聞き、音が聞こえたら手を挙 げて、聞こえなくなったら下げることで、耳が よく聞こえているか、難聴はないか調べます。	かみ け 髪髪の毛が耳にかからないよう にしましょう。 
	しきかくけんさ 色覚検査 	いろ く あ 色の組み合わせによって、見分けにくい等の色 を認識する特性があるかどうか調べます。	ねんせい きぼうしゃ 4年生の希望者のみに 行い ます。
4月14日(月) 12:00～	ないかけんしん 内科検診	しんぞう はい おと いじょう 心臓や肺の音に異常はない か、栄養はとれているか、 えいよう 貧血はないか、ひぶ せぼね 皮膚や背骨、 おね ほね いじょう 胸の骨に異常はないか、を みてもらいます。 	けんしん まえ ひ ふ ろ ○ 検診の前日はお風呂で からだ きれい あら 体を綺麗に洗いましょう。 けんしんちゅう いしゃ しん ○ 検診中、お医者さんは心 ぞう はい ちい さな き 臓や肺の小さな音を聞いてい ます。静かに待ちましょう。
4月16日(水) 14:00～	じびかけんしん 耳鼻科検診	みみ はな いじょう びょうき ○ 耳・鼻・のどの異常や病気がないか みみ あか たまり す ○ 耳に垢が溜まり過ぎていないか を診てもらいます。 	まえ ひ みみそうじ 前の日に耳掃除 をしましょう。

◆◆◆ ◇◇◇ ◆◆◆ しゅつせきていし かんせんしょう  
**出席停止になる感染症** ◇◇◇ ◆◆◆ ◇◇◇

がっこう おお こ あつ べんきょう うんどう ぼしょ かんせんしょう りゅうこう かんきょう  
 学校は多くの子どもたちが集まって勉強したり運動したりする場所のため、感染症が流行しやすい環境にあります。  
 しゅうい かんせんかくだい ふせ つぎ がっこうかんせんしょう ぼあい しゅつせきていし そち  
 そこで、周囲への感染拡大を防ぐため、次のような学校感染症にかかった場合には出席停止の措置がとられます。なお、  
 けっせきあつか あんしん からだ やす  
 欠席扱いにはなりませんので、安心して体を休めてください。

〈 主な学校感染症の例 〉

病名	主要症状	出席停止期間
インフルエンザ	発熱・咳・頭痛・咽頭痛	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
新型コロナウイルス感染症	発熱・咳・頭痛・咽頭痛・倦怠感・味覚障害	発症した後5日を経過し、かつ、症状が軽くなった後24時間を経過するまで
百日咳	軽熱・咳・くしゃみ	特有の咳が消えるまで
麻疹(はしか)	発熱・発疹	解熱した後3日を経過するまで
流行性耳下腺炎(おたふくかぜ)	発熱・耳下腺の腫れ	耳下腺、顎下腺又は舌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
風疹(3日ばしか)	発熱(38度前後)・発疹・リンパ腺の腫れ	発疹が消失するまで
水痘(水ぼうそう)	発疹・粟粒大の水疱	全ての発疹が痂皮化するまで(かさぶたになるまで)
咽頭結膜熱(プール熱)	咽頭炎・結膜炎・高熱	主要症状が消えた後、2日を経過するまで
結核	微熱・咳・吐血	感染の恐れがなくなるまで
その他の感染症	溶連菌感染症、手足口病、感染性胃腸炎(流行性嘔吐下痢症)、マイコプラズマ感染症、ウイルス性肝炎、伝染性紅斑、ヘルパンギーナ 等	

※この他にも出席停止扱いになる疾病があります。病院で感染症と診断された場合は、学校へ連絡してください。



気になることがあるときは…!

お子さんの様子で少しでも気になることがあるときは、ぜひ「具体的に」伝えてください。

いつもと違うところは？

- 朝、検温したら〇℃だった
- いつもは〇〇だけど、今日は〇〇だった

など

おうちでの様子は？

- 朝から機嫌が悪く、登校を渋っていた
- いつもより強く叱り、落ち込んでいた

など

連絡先は？

- 当日、すぐに対応可能な連絡先

特に登録している緊急連絡先と

違う場合は必ず伝えてください



# 保健室からの お知らせ



今年もお世話になります！  
保健室の羽藤 美優 です。  
皆さんの心と体の健やかな成長を  
全力でサポートします。1年間、よろしく  
お祈りします！

## 保健室で○できること・×できないこと

### ○できること

#### ○ けがの応急手当をする

「いつ・どこで・どんなふう」にけがをしたか教えてください。擦り傷等は、水道で傷口を洗ってから来てくださいね。

保健室へ来たら教えてほしい  
**6つのポイント**

ケガをしたときや調子が悪くなったときのあなたの状況を教えてください。

- ① いつ
- ② どこで
- ③ 体のどこが
- ④ だれと
- ⑤ どうして
- ⑥ どうなった

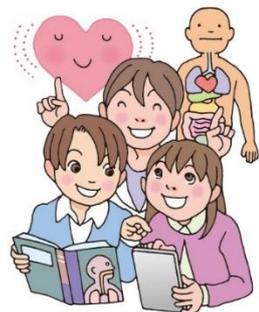


#### ○ 体調が悪い時に休む

体調が悪い時は、1時間ベッドで休めます。熱がある時などは、お迎えを呼んで家に帰ってもらいます。

#### ○ 話を聞いてもらう

悩みや困っていることがある時、話すだけで心が少し軽くなるかもしれません。秘密は守るので、いつでも気軽に話に来てくださいね。



#### ○ 体や心について学ぶ

皆さんの体と心は毎日成長しています。身長や体重、病気のこと、性のこと……。質問や不安があれば、いつでも聞きに来てください。

### ×できないこと

#### × 薬を渡す

薬は病院で出すもので、保健室では出せません。家で使っている薬がある人は、自分で持って来ましょう。

保健室で薬は渡せません

#### × 治療をする

保健室では応急手当や休養しかできません。けがや病気の治療は病院でもらってくださいね。

