

## 令和8年度 保存版

# ほけんだより ふんわり

長久手市立北小学校 保健室  
令和8年4月



入学・進級おめでとうございます。

北小の保健室では、子どもたちが楽しく元気に学校生活を送れるようサポートしています。

お子さまが、心身ともに健康に過ごすことができますよう、保護者のみなさまにご協力いただきたい点をまとめました。ご理解とご協力をお願いいたします。

養護教諭は、おがひさいこといちごあきこ（午前）、いとうなぎさ（午後）です。  
どうぞよろしく願いいたします。  
ご心配なことなどがありましたら、お気軽に声をお掛けください。



### ◇ 登校前の健康観察

お子様が元気に学校生活を送ることができるよう、ご家庭で、**毎朝の健康観察**をお願いします。

#### ★健康観察チェックポイント★

- 心もからだも、すっきり目覚めることができたか。
- いつもどおり、朝食を食べることができたか。
- 顔色はいつもと変わらないか（赤い、青白いなど）。
- からだの調子が悪い、痛いなどの訴えや様子はないか。



★いつもと様子が違うと感じたら、一度検温をお願いします★

### ◇ 保健室について

保健室は、**中央館1階昇降口横**にあり、健康診断・救急処置・保健教育・健康相談など様々な役割を担っています。保健室の利用について、次のことについてご了承ください。

#### ◎応急処置

- ・簡単な応急手当を行います。消毒薬や湿布等の医薬品は基本的に使用しません。
- ・絆創膏の交換など、翌日以降継続する手当ては、ご家庭でお願いします。

（応急処置の一例）



擦り傷・切り傷	流水で傷口をきれいに洗い、必要な場合は絆創膏等で保護
打撲・捻挫	冷却材で冷やし、安静
受診が必要と判断した場合	保護者の方と連絡を取り、医療機関へ移送 ※病院または学校へマイナンバーカードと子供医療費受給者証をご持参ください

#### ◎休 養



- ・体調不良の場合、保健室で休養することができます（原則1時間）。
- ・症状のひどいときや休養しても回復しないなど、学校生活を続けることが困難な場合は、お迎えをお願いすることがあります。**児童を一人で帰すことはありません。**
- ・保健室では、**内服薬は使用しておりません。**家庭から、処方薬を持参する場合は、ランドセル等のポケットで保管し、その旨を必ず担任へお知らせください。

### 【 お ね が い 】

体調不良でお迎えをお願いする場合や緊急に医療機関で受診しなければならない場合、保護者の方と連絡を取ります。

※入学式・始業式に配付する**保健調査票と児童理解カード**には、**携帯電話の番号だけでなく職場名(電話番号)など、緊急時に、必ず連絡が取れるよう、複数の連絡先**を記入してください。

※早退等で保健室へお迎えの場合は、来賓玄関でインターホンを押し、迎えにきたことを職員に告げてから、**運動場側より**保健室へ来てください。

## ◇ 出席停止

医師により下の感染症や登校停止の診断をされた場合は、学校へお知らせください。

学校より「出席停止のお知らせ」の用紙を配付します。医師の指示の下、出席停止期間中は外出を差し控え、療養に努めてください。

第一種	エボラ出血熱、クリミア・コンゴ出血熱、痘そう、南米出血熱、ペスト、マールブルグ病、ラッサ熱、急性灰白髄炎、ジフテリア、重症急性呼吸器症候群、中東呼吸器症候群、特定鳥インフルエンザ
第二種	インフルエンザ、百日咳、麻疹（はしか）、流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）、風疹（三日はしか）、水痘（水ぼうそう）、咽頭結膜熱（プール熱）、結核、髄膜炎菌性髄膜炎、新型コロナウイルス感染症
第三種	コレラ、細菌性赤痢、腸チフス・パラチフス、流行性角結膜炎、急性出血性結膜炎、その他の感染症※（感染性胃腸炎、マイコプラズマ感染症、手足口病、溶連菌感染症）

※ 明記のないその他の感染症は、医師から登校を控えるように指示された場合のみ出席停止

## ◇ 学校において配慮が必要な疾患（アレルギー、心臓、腎臓の疾患）について

アレルギー疾患、喘息、心臓、腎臓の持病があり、学校生活において、特別な配慮や管理が必要であると保護者の方からご連絡をいただいたお子さまについては、『学校生活管理指導表』や食物アレルギー対応食関係の書類を配付しています。書類が必要で、まだ受け取っていない方は、担任までお知らせください。

適切な対応をするための書類ですので、必ずご提出をお願いします。なお、医療機関によっては、文書料が発生する場合があります。

## ◇ 給食後のほみがき

本校では、給食後に全体で「歯みがきの時間」は確保しておりません。希望者は各自で、給食後手洗い場で歯みがきをしていますので、希望者は入学・進級後、担任にお伝えください。

## ◇ 基本的な生活習慣について

### 【早寝・早起き・朝ごはん】

生活習慣の乱れは、お子さまの体調に直結します。早寝早起き朝ごはんができる環境を整えていただきますようお願いいたします。

### 【メディア利用】

視力低下の低年齢化による背景には、メディア利用が考えられます。学校でも適切な利用時間と休憩を意識して、保健教育「タブレットと目の健康」を実施しています。ご家庭でも、テレビやスマホ、ゲーム機などを利用する際のルールづくりをお願いします。（例：30分に1回は休憩する など）



## ◇ 災害共済給付制度

学校管理下で起きたけがや災害で、医療機関にかかった場合、災害共済給付の支給対象となります。災害共済給付への加入は任意です。今年度の共済掛金保護者負担分 460 円は、6月口座振替予定です。

### 【1年生・転入生】

詳細は、入学説明会や転入説明時に配付したプリントをご確認ください。長久手市教育委員会からの「独立行政法人日本スポーツ振興センターの災害共済への加入について」の内容をご確認いただき、加入または非加入にチェックを入れ、学校へ提出をお願いします。《提出期限：4月14日（火）》

### 【2～6年生】

前年度、加入していただいている方は、在学する間、自動更新となります。変更したい場合のみ、担任までお知らせください。

## ◇ 保健関係書類の提出について

参照：「保健関係配布書類の記入および提出について」

入学式、始業式に学年ごとに保健関係の書類を配付しました。必要事項を記入し、**4月14日(火)**までに担任へご提出ください。書類が多く、お手数をおかけしますが期限までの提出をお願いします。提出の際は、合わせて配付する『**保健関係連絡袋**』をお使いください。ご協力よろしくお願いいたします。