

ほけんだより6月

だいごう
第2号

令和2年6月8日
横浜市立大正小学校
校長 山崎 浩一郎
養護教諭 小野田 舞衣

分散登校が始まり、1週間が経ちましたね。先週は、2~6年生は約3か月ぶりの登校、1年生は初めての学校で少し疲れた人も多いのではないのでしょうか。大正小学校のみなさんは、校内ですれ違った時に元氣なあいさつをしてくれるので、先生もとても気持ちが良いです。また、気温が高くなってきたので、適度に休けいしたり、水分をこまめにとったりして熱中症に気をつけましょう！

ほけんしつ しょうかい 保健室の紹介

🌷 こんなときは保健室を利用してください 🌷

| | | | |
|----------------|----------------|---------------------|-----------------------|
| <p>けがをしたとき</p> | <p>体調が悪いとき</p> | <p>相談したいことがあるとき</p> | <p>体や健康について知りたいとき</p> |
|----------------|----------------|---------------------|-----------------------|

©少年写真新聞社 2019

ようごきょうゆ おのだ まい
養護教諭の 小野田 舞衣 です

まいにちげんき
みなさんが毎日元氣に
えがお
笑顔ですごせるように、
ほけんしつ せい
保健室から精いっぱい
サポートします。
ねが
よろしく願います。



🌷 保健室を利用するときは 🌷

| | | | |
|-------------------------|-------------------------------|--------------------------|--------------------------|
| <p>先生に知らせてから保健室に行こう</p> | <p>けがをしたところや痛みのあるところを伝えよう</p> | <p>寝ている人もいるので、ずかにしよう</p> | <p>保健室に行ったことを家の人に話そう</p> |
|-------------------------|-------------------------------|--------------------------|--------------------------|

©少年写真新聞社2020

6月 けんこうしんだん 健康診断の日程

| | | | |
|--------|-----------------|--------|----------|
| 16日(火) | 6年生 発育測定 | 25日(木) | 6年生 視力検査 |
| 17日(水) | 5年生 発育測定 | 26日(金) | 5年生 視力検査 |
| 18日(木) | 4年生 発育測定 | 29日(月) | 4年生 視力検査 |
| 19日(金) | 3年生 発育測定 | | |
| 22日(月) | 2年生 発育測定 | | |
| 23日(火) | 1年生 発育測定 | | |
| 24日(水) | 個別級・欠席者 発育測定 | | |

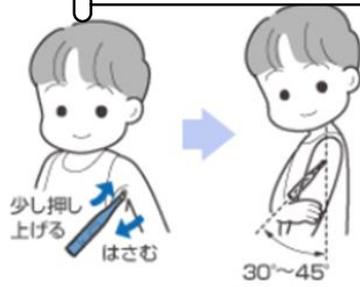
【発育測定】

- 今年度は、着替え時の感染対策のため、体育着ではなく普段着で行います。
- 計測のじゃまにならないよう、髪の毛は頭上や後頭部で結ばないようにしてください。

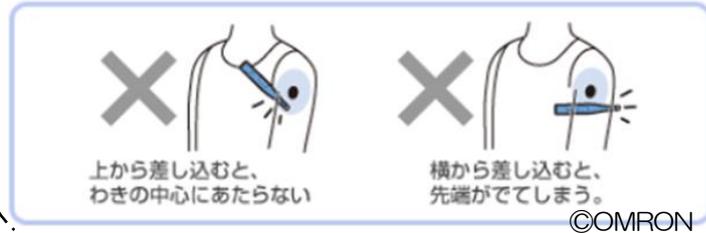
【視力測定】

- 眼鏡、コンタクトを着用している児童は、必ず着用して測定してください。

たいおん ただ はか
体温、正しく測れていますか？



わきと体温計が密着するように腕を軽く押さえてください。



©OMRON



まいあさ けんおん には 慣れ
 毎朝の検温には慣れ
 てきましたか？体温が
 まいかいおお へんか
 毎回大きく変化する
 ひと ただ はか
 人は、正しく測れてい
 ないかもしれません。
 たいおん ただ はか
 体温を正しく測っ
 けんこうかんさつひょう か
 て、健康観察票に書
 きましょう。

きゅう はつ ねつ ねっ ちゅう しょう
急な発熱！熱中症？カゼ？



カゼのときは、ウイルスや細菌をやっつけるために脳が指令を出し、体温を上げています。体力を奪われすぎたり脱水症状にならなければ、無理に熱を下げなくても大丈夫。

熱中症の高体温は脳の体温調節機能が上手く働かずに体温が上がってしまった状態。内臓にもダメージを受ける危険があり、重症の場合は速やかに体を冷やすことができるかどうか救命率にかかわります。

↓ 体温を下げるための
 応急処置 ↓

- ❄️ 濡れタオルで肌を拭く
- ❄️ 首、脇の下、足の付け根を氷嚢などで冷やす
- ❄️ 肌を濡らしてうちわであおぐ



保護者のみなさまへ



1 受診のおすすめについて

健康診断が終わると、校医の判断やお子様の健康状態によって「受診のおすすめ」をおわたします。学校で行う健康診断は、詳細な臨床検査などをもとにして確定診断をするものではなく、あくまでスクリーニング検査（ふるい分け）の結果によるものです。「受診のおすすめ」をもらったら、医療機関でくわしく診ていただいでください。また「異常なし」と診断される場合があることをご了承ください。

2 日本スポーツ振興センターの加入について

学校管理下（朝、玄関を出て登校し、学校で活動し、下校して家の玄関に入るまで）でけがをして、病院で治療を受けた場合、災害給付金として医療費の給付を受けることができる制度です。

- ★横浜市では全員が加入し、掛け金として保護者負担額 460 円を納めていただきます。
- ★けがが完治するまでにかかった総医療費（健康保険法に基づく保険診療分）の合計が500点以上（3割負担の場合、窓口支払いが1500円以上）の場合が申請の対象となります。
- ★公費負担医療制度を利用した場合など、かかった医療費によっては細かい規定があります。

学校管理下でけがをし、受診をされた場合は、担任または養護教諭までお知らせください。