

# 健康安全について

総社市立総社東小学校 保健室

## 1 入学前の健康管理

就学時健康診断で見つかった病気（むし歯・視力異常・耳鼻科の病気等）は、入学までに治療しておいてください。

また、持病（ひきつけをおこしやすい・心臓や腎臓に病気がある・喘息・アレルギー体質・視力障害・聴力障害等）がある場合は、学校での注意事項をかかりつけの医師に詳しく聞き、入学時に担任へ連絡してください。

## 2 健康づくり

### (1) 外でしっかり遊びましょう。

外遊びは、体づくりだけでなく子どもの創造性を養い、心の安定にも役立ちます。様々な年齢の友だちと一緒に遊ぶことで、社会性も身につきます。

### (2) 生活リズムを整えましょう。

生活リズムを整えることが、学習能率を上げ、心身ともに健康な体をつくれます。また、早めに就寝し、十分な睡眠時間を確保してください。



### (3) 栄養のバランスを考えた食事をしましょう。

いろいろな食事をまんべんなく組み合わせて、好き嫌いなく食べられるようにしてください。

朝食は一日のエネルギー源です。しっかり勉強し、元気に遊ぶためにも朝食をとってから登校してください。

### (4) 家族のふれあいを大切にしましょう。

一緒に遊ぶ・本を読む・お風呂に入る・寝るなどできる範囲でスキンシップをしてください。十分な愛情をもらった子どもは、心もからだも安定し、次のステップへ進むことができます。

## 3 お知らせとお願い

### (1) 定期健康診断

毎年、4～6月末にかけて定期健康診断を行います。病気や異常が見つかったお子さまには、お知らせをしますので、できるだけ早く治療または精密検査を受けてください。

異常がないお子さまには『健康の記録』でお知らせしています。

#### 学校医の先生の紹介

- |      |      |               |
|------|------|---------------|
| ○内科  | 杉生先生 | (杉生クリニック)     |
| ○耳鼻科 | 服部先生 | (服部耳鼻咽喉科)     |
| ○眼科  | 杉本先生 | (すぎもと眼科)      |
| ○歯科  | 黒崎先生 | (あおぞら歯科クリニック) |
| ○薬剤師 | 村木先生 | (アイ薬局)        |



### (2) 登校前の健康観察

朝起きて、食欲がない、顔色が悪い、いつまでもぐずぐず言う等いつもと違うなと感じたら、無理をしないで自宅で療養しましょう。

欠席や遅刻をする場合は、8時00分までに理由を連絡帳または連絡システム「すぐーる」でお知らせください。早退の場合は、連絡帳か電話でお知らせください。

### (3) 学校での病気・けがについて

登校後、体の調子が悪くなって学習が続けられない場合、「児童調査書」へ記入されている連絡先へお知らせしますので早めに迎えをお願いします。けがの場合は、マイナンバーカード（保険証）を持って、学校あるいは病院まで来ていただくことをお願いしています。

18

### (4) 日本スポーツ振興センターへの加入について

学校の管理下で起きた災害について医療費や見舞金が給付されます。

入学後、日本スポーツ振興センターへの加入同意書をお渡ししますので、ご記入の上、提出してください。加入は卒業まで継続しますが、掛け金は1年ごとの掛け捨てで、学年集金の際に集金します。

給付の手続きは学校が行います。病院が記入する「医療等の状況」等の必要書類は、学校からお渡ししますので、保護者の方に病院の窓口で提出していただきます。

総社市では小児医療保険制度により、中学3年生までは受給証を利用していますが、学校で起きたけがについては、マイナンバーカード（健康保険証）を提示して3割の支払いを済ませてください。その後、スポーツ振興センターから災害給付金（医療費と見舞金）が支払われます。

\*給付は、かかった医療費の合計が5,000円を超えたけがや病気に限られます。書類を提出していただいても、給付が受けられない場合もあります。その場合は、受給証を利用してください。

### (5) 学校感染症と出席停止について

学校感染症にかかった場合、またはその疑いがある時は早めに医師の診察を受けていただくとともに、すぐに学校へ連絡してください。（医師にいつから登校可能か確認してください。）また、連絡帳や配布物については感染を予防するため、兄弟児か保護者の方への受け渡しになります。登校日は、登校許可報告書を担任へ提出してください。登校許可報告書は、総社東小学校のHPからダウンロードもできます。

（医師の診断書は必要ありません。保護者の方でご記入ください。）この期間は出席停止扱いとなり、学校を欠席したことにはなりません。

#### 【学校感染症の種類】

|     |                                                                                                                                      |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 第2種 | <b>飛沫感染をするもので、児童のり患が多く、学校においては流行を広げる可能性が高いもの</b><br>インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症・百日咳・麻疹（はしか）・流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）・風疹・水痘（みずぼうそう）・咽頭結膜熱・結核・髄膜炎菌性髄膜炎 |
| 第3種 | <b>学校教育活動を通じ、学校において流行を広げる可能性があるもの</b><br>腸管出血性大腸菌感染症（O-157）、流行性角結膜炎・急性出血性結膜炎<br>溶連菌感染症                                               |

\*リンゴ病、手足口病、頭しらみ、水いぼ等は通常は出席停止になりません。

### (6) 着替えの貸し出しについて

衣服の汚れやトイレに間に合わなかった場合等に備え、保健室に着替えを用意して貸し出しています。下着（パンツ）については新しい物を貸し出していますので、家庭でそのまま使ってください、次にお子さまのために新しい物を返してくださいますようお願いいたします。くつ下や制服、シャツ等は洗濯後、お返してください。