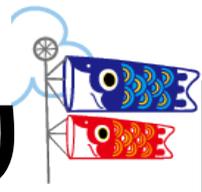


ほけんだより



令和元年 5月号
市川市立中山小学校
保健室

5月の保健目標

けがを防ごう

ながかったゴールデンウィークが終わりました。そして新しい令和の時代が始まりましたね。5月は新しい環境にも慣れてくる一方で、緊張がゆるみ、体調を崩したり、けがをしったりしやすい季節です。これから運動会もあるので、病気やけがに気を付けて生活していきましょうね。

「つかれ」がでる季節です…

5月に入り、連休も終わり、体や心のつかれがでてしまう人が多い時期です。(5月病といったりします) そんなときは、ぼーっとする時間をつくったり、好きな音楽を聴いたり、無理をせず、自分のペースでゆったり過ごしてみましよう。また、「はやねはやおき」生活リズムをととのえることも大切です。

まだまだあるよ！健康診断

～5月の健康診断予定～

8日(水)	耳鼻科検診 (3・5年)
10日(金)	内科検診 (1～4年,いずみ)
14日(火)	内科検診 (5・6年)
15日(水)	耳鼻科検診 (1年,いずみ, 有所見者)
17日(金)	尿検査 救済提出日 (※5/7に提出できなかった人)
	心電図検査救済 (検査を受けられなかった人)
28日(火)	眼科検診 (2.4.6年,いずみ, 有所見者)
その他	視力検査… 20日(1年) / 21日(2年) 23日(4年) + 色覚検査 / 24日(6年)
	聴力検査… 9日(1年) / 13日(2年)

★がんばろう運動会★

運動会の練習がこれから本格的にスタートしますね！

みんなが運動会本番に全力を出せるように、こんなことに気を付けよう！

こまめに
水分を
とろう



夜は早く
寝よう



朝ごはん
しっかり
食べよう



手足の爪は
短く切ろう



汗は
こまめに
ふこう



歯の標語を募集します！



「8020運動」って知っていますか？80歳のおじいさん・おばあさんになっても自分の健康な歯を20本残そう！という運動です。

自分の大切な歯で、これからもずっとおいしくごはんが食べられるように、元気に笑えるように呼びかけのことば(標語)を募集します！！

- 対象 … 希望する人全員
※ただし4～6年生の選出された作品は市川市医師会の審査へ応募します。
- 内容 … むし歯や歯周疾患(歯肉炎など)に関すること
- しめきり … 5月14日(火)
- 提出場所 … 保健室

応募用紙 年 組 なまえ：

(例) はみがきで すてきなえがお いつまでも

保護者の皆様へ



◎学校感染症の扱いについて

学校では、感染症がまん延しやすいこと、まん延により教育上の影響が大きいことなどから、学校保健安全法施行規則において、予防すべき感染症の種類と出席停止の期間の基準が定められています。つきましては、右記の第一種又は第二種、第三種の感染症と診断を受けましたら、出席停止となりますので、速やかに学校へ連絡のうえ、ご家庭で安静をとるようお願いいたします。出席停止期間は、欠席扱いにはなりません。医師の指示により、登校が許可されましたら「治癒証明書」を持って登校してください。

ただし第三種の「その他の感染症」（右図太枠内）は、空気感染・飛沫感染の感染力の強いインフルエンザ等とは違い、通常の状態では、感染力の弱い疾患のため、風邪等と同様に病欠扱いとなります。このことは、昨年度市川市教育委員会より指導がありましたので、市川市内の小中学校でこのように対応させていただいております。つきましては、第三種の「その他の感染症」に罹患した場合は、特別な場合を除き、治癒証明書は必要ありません。ご承知おきください。

第一種	第二種	第三種	
			その他の感染症
エボラ出血熱 クリミア・コンゴ出血熱 ペスト マールブルグ熱 ラッサ熱 重症急性呼吸器症候群 （SARS コロナウイルスに限る） 中東呼吸器症候群 （MARS コロナウイルスに限る） 痘そう コレラ 急性灰白髄炎（ポリオ） 細菌性赤痢 ジフテリア 腸チフス及びパラチフス	百日咳 麻疹（はしか） 流行性耳下腺炎 （おたふく風邪） 風疹 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 インフルエンザ	流行性角結膜炎 （はやり目） 急性出血性結膜炎 腸管出血性大腸菌感染症 細菌性赤痢 腸チフス・パラチフス コレラ	溶連菌感染症 感染性胃腸炎 マイコプラズマ感染症 伝染性紅斑（リンゴ病） 手足口病 アタマジラミ 伝染性軟属腫（水いぼ） 伝染性膿痂疹（とびひ） ヘルパンギーナ ウイルス性肝炎(A) 等
治癒証明書 必要	治癒証明書 必要 ※インフルエンザのみ 治癒証明書は必要ありません。	治癒証明書 必要	治癒証明書 不要 *基本的に病欠扱い（重大な流行等がない限り、出席停止にはなりません。）

◎健康診断の結果について

- 健康診断の結果、治療が必要な児童には治療勧告書をお渡しいたします。（異常なしの場合はお知らせの配布はありません。）
治療勧告書が配布されたときには、できるだけ早く治療を受けるようお願いいたします。なお、病院へ行く際は、学校で配付された治療勧告書を持参してください。（受診料は個人負担となりますので、ご理解いただきますようお願い申し上げます。）
- 耳鼻科と眼科の治療はプールが始まる前までに終わらせてください。
- 学校での健診は疑わしいものをチェックするものです。中には、治療勧告用紙をもらって、受診した際に「異常はありません」と言われることもあると思いますが、ご理解の程、よろしくお願いいたします。