

ほけんだより 4月

令和6年4月8日
西浦和小学校 保健室

入学・進級 おめでとうございます

暖かい日が続くようになり、春の訪れを感じますね。いよいよ新しいクラスでの生活が始まります。ドキドキ、ワクワクしていることでしょう。今年度も元気いっぱい、勉強や運動に全力でとりくみましょう！

今、読んでいる「ほけんだより」は、学校からのお願いやからだ・こころの健康についてなど「保健室の先生（養護教諭）」からあなたとおうちの方へお知らせするおたよりです。保健室の先生は、学校でもっと元気に勉強や運動ができるようにするにはどうしたらよいか考えたり、生活の中でいろんなことをみなさんと一緒にやってみたり頑張っています！



本校の養護教諭は 金子ひとみです。よろしくお願いします！

保健室について

毎年、保健室にたくさんの人が来ます。ルールを守って気持ちよく、保健室を利用できるようにしましょう。

保健室に来る前

これだけはしておこう

先生やお友だちに伝える



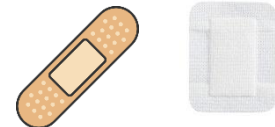
いきなりいなくなるとびっくりするよ。

傷口が汚れているときは水道水で洗う



外でケガをしたときは特に念入りに。

ばんそうこう



せっけん



キズ消毒液



冷却グッズ



保健室で使用していないもの



配慮が必要な場合、御不明な点等ございましたら保健室までお問い合わせください。

保健室で『できないこと』とは？

長い時間の休よう

保健室で休むことができるのは短い時間だけ。教室にもどることがむずかしいときは、おうちの人のおむかえで「そうたい」になります。



つづけての手当て

保健室で受けられるのは「おうきゅうしょち」。その後のちりようは病院に行き受診し、お医者さんの指示にしたがいましょう。



のみ薬をもらう

かぜ薬やげりどめなどもNGです。毎日のんでいるなど、必要な薬がある場合はそれぞれで持ってくるようにしてください。



保健室で使っているもの

健康診断が始まります

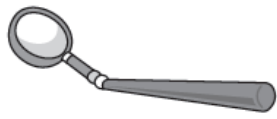
お世話になる
学校医の方々

歯科:岡村 正美 先生、大畑 仁志 先生、梅澤 敬子 先生
内科:塩澤 克彦 先生、佐藤 千鶴 先生
耳鼻科:佐藤 博之 先生
眼科:松尾 暢子 先生
学校薬剤師:岡田 秀男 先生

健康診断の器具

これらの器具はすべて健康診断で使われるものです。いつ、どんな風に、何を調べるために使われるのでしょうか。

1 歯鏡



歯科検診

歯の裏・奥歯まで入念に見るための器具



歯や歯肉の状態、歯並びなどを確認する際、見えにくい部分を見るために歯鏡が使われます。歯ブラシの届きにくい部分も、タフトブラシや歯間ブラシなどを使って入念に磨いておきましょう。

こんなことを調べます むし歯、歯周病、歯並び、顎関節の異常 など

2 オーディオメータ



聴力検査

さまざまな音量・高さの音が出る機械



機械についているヘッドホンを耳にあてているような音を聞きます。普段困っていないから大丈夫だと思っても、じつは高い音だけ、低い音だけが聞こえていない場合もあります。

こんなことを調べます 伝音難聴、感音難聴、心因性難聴、音響外傷 など

3 身長計・体重計



身体測定

お馴染みの器具。正しい測り方をチェック



身長測定時は裸足になって、背中・おしり・かかとを柱につけて、視線はまっすぐ前に。体重測定時は体重計の中央に静かに立って静止します。平均値との比較などから、隠れた疾患が見つかる場合も。

こんなことを調べます 肥満・やせ、発育異常 など

4 聴診器



内科検診

体内の空気の流れや鼓動の音を聞く器具



お医者さんは聴診器を胸や背中にあてて、呼吸や心臓の音に雑音がないかを確認します。皮膚の様子などから栄養状態やアレルギーがないかなども見えています。

こんなことを調べます 心疾患、アレルギー疾患、気管支喘息 など

5 検眼枠・遮眼子



視力検査

片目を覆うための器具



片目ずつ視力を測るのは、人間は片目に異常があってももう片方の目で補って見ため、悪化するまで気づけない場合があるからです。

こんなことを調べます 近視、遠視、乱視、弱視、不同視* など
(*左右の目の度異なること)

6 耳鏡・鼻鏡



耳鼻科検診

耳の毛を避けたり鼻の穴を広げたりする器具



耳や鼻の穴は狭いので、よく見えるようにするために使います。痛みはありません。耳鏡を使っても、耳垢が溜まりすぎていると奥まで見えないため、前日は耳掃除を忘れずに。耳鼻科検診ではのどの様子も確認します。

こんなことを調べます 中耳炎、アレルギー性鼻炎、副鼻腔炎、扁桃肥大 など

健康診断は「スクリーニング」

学校で受ける健康診断は、あくまで病気の「可能性」を調べるもの。一方で、受け方を間違えると正しい結果が出ない場合もあります。心配し過ぎず、でも限られた時間で正しく受けられるように、今何を調べているのか、一つひとつ意味を考えながら健康診断当日を過ごしてみてくださいね。



「いってらっしゃい」の前に
お子さんの健康観察をお願いします。

保健室ではお子様の心と体のサポートに尽力して参ります。1年間よろしく願いいたします。
お子様の心と体について、御心配や御相談等がありましたらお気軽にお問合せください。

- ☐ 熱はありませんか？
- ☐ 顔色は悪くないですか？
- ☐ 食欲はありますか？
- ☐ いつもと違うところはありませんか？



日本スポーツ振興センターの災害共済給付制度が使えます

学校で起こったケガ等に対して、医療費等の給付が受けられる制度があります。

学校の管理下でのケガ等が対象です



3割負担の場合、自己負担の総額が1,500円以上の医療費が対象です

※治療を始めたから、学校にお知らせください。

日本スポーツ振興センターは任意で御加入いただいております。多くの方には昨年度中に同意書をいただきました。

給付掛金は460円は、後日引き落とされます。まだ加入同意書を出されていない方は4月19日までに御提出ください。

その他詳細につきましては別紙を御確認ください。

【健康診断について】

健康診断を不安なく受診できるよう、お子様と一緒に左の一覧表を御確認ください。各検診後に、疾病や異常の疑いがある際に「結果のお知らせ」をお渡しします。受け取った方は、速やかに医療機関の受診をお願いいたします。

【応急処置について】

保健室では、学校でのケガの応急処置は行いますが、家でのケガや継続した処置は行えません。首から上のケガは全て、保護者の方へ連絡させていただきます。なるべく連絡がつくよう、御協力をお願いいたします。また、下校後も御家庭での経過観察をお願いいたします。

【保健室で使用するものについて】

応急処置には、絆創膏、ガーゼ、包帯、ワセリン、消毒、OS-1を使用することがあります。湿布や軟膏、内服薬は使用しません。児童が手洗いで使用している石けんは「無添加せっけんハンドソープ」です。アルコール消毒はアルコール濃度57.2%の物を使用しています。また、清掃、消毒に次亜塩素酸ナトリウムを使用することがあります。アレルギー等配慮が必要なお子様はお知らせください。また、内服薬や外用薬等が必要で学校にお持ちになる際には、連絡帳でお知らせください。

【感染症対策について】

出席停止となる感染症につきましては、医師の指示する期間の自宅療養をお願いいたします。

【お迎えについて】

1時間休養しても改善が見込めない場合、受診が必要なケガをした場合等は御連絡いたします。お子様だけの早退はできませんので、必ずどなたかお迎えをお願いいたします。