

# ほけんだよりが

平成29年5月9日  
横浜市立平沼小学校  
校長 小西 俊光  
養護教諭 遠藤 梨那

家庭数

新緑の美しい、さわやかな季節になりました。校内にはたくさんの木々や花が植えられていて、色々な虫たちが顔を出しています。

子どもたちは、学校生活に少しずつ慣れ始めました。色々な場面で子どもたちは助け合って生活しています。中休みには6年生が1年生と遊んでいるところを見かけます。また、校庭で低学年の子がけがをしていると、高学年の子が連れてきてくれることがありました。他の学年の子もお友だちのことを気にかけて、声を掛け合う姿が見られます。子どもたちの相手を思う姿、協力しあう姿にとっても心が温かくなります。

さて、これから平沼カップに向けての活動が始まります。けがをしないように、熱中症にならないように十分心がけていきます。ご家庭でも、普段からの体力づくりと衣服の調節・水分補給・紫外線等に気を付けてくださるようお願いいたします。



## 受診のおすすめについて

健康診断で異常や病気が疑われる場合は「受診のすすめ」を渡しています。お知らせが届きましたら、早めに専門医のところで診ていただけてください。また、学校で行う検診はスクリーニングですので、病院で診ていただくと異常が見られない場合があります。ご理解をお願いします。

## がんばろう！ 運動会

もうすぐ運動会ですね。これまでの練習の成果をはっきりするために、注意してもらいたいことがあります。

- 体調をととのえておく…前日は早めにて、十分なすいみんを！当日は朝ごはんをちゃんと食べてこよう。
- けがを防ぐために…手足のつめは短く切っておこう。じゅんび運動も、しっかり行おう。
- 汗をかいたら…こまめに水分をとろう。また、かいた汗はそのままにせず、タオルでしっかりふきとろう。

## 5月の保健目標

生活リズムをととのえましょう。

がまんはNG! はいべんは

たいせつ倍生活しやうかん



## 思いあたる人はいませんか?



4月 → 5月GW → GWのあと

まずは生活リズムを見直そう!

## 学校感染症にかかったら

学校は集団生活の場なので、感染が拡大しやすくなります。そのため、以下のような感染症にかかった場合は、学校は「出席停止」となります。出席停止期間は欠席扱いになりませんが、ゆっくり休養して健康の回復につとめてください。



### 学校感染症の例

- インフルエンザ ●百日咳 ●麻疹
- 流行性耳下腺炎（おたふくかぜ） ●風しん
- 水痘（みずぼうそう） ●咽頭結膜熱（プール熱）
- 結核 ●髄膜炎菌性髄膜炎 など

治癒届をご記入の上ご提出ください。



## 保護者の方へ

お子さんが、学校でけがをしたとき

保健室まで知らせてください

医療費がおりる手続きをします

## 学校でけがをしたときは?

日本スポーツ振興センター・災害共済給付制度

### 給付の対象・条件など

- 学校管理下（課外活動・通学なども含む）のけがであること
- 療養にかかった費用が5000円以上の場合（医療保険の適用で医療機関の窓口で支払った自己負担額が、通常1500円以上）



※医療機関等の状況の証明などの書類が必要です。詳しくは学校（保健室へ）お問い合わせください。

※制度の詳細は、日本スポーツ振興センターのホームページをご覧ください。  
<http://www.jpsport.go.jp/anzen/Default.aspx>

※学校管理外でけがをした時（土・日含）安全教育振興会より見舞金が支給されます。その際は副校長へご連絡ください。