

# 4がっほけんだよ！

令和5年4月10日(月)  
横浜市立上郷小学校

保護者の皆様、お子さんのご入学・ご進級おめでとうございます。新しいクラス、新しい友達、新しい先生など、春は出会いの季節です。また、季節の変わり目で気温の変化も激しく、体調を崩しやすい時期でもあります。新たな環境で、気持ちよくスタートできるよう「早寝」・「早起き」・「バランスの良い食事」を心がけ、お子さまの体調を整えてください。



## 4月の予定



| 月                   | 火                                   | 水  | 木                    | 金                               |
|---------------------|-------------------------------------|----|----------------------|---------------------------------|
| 10                  | 11                                  | 12 | 13                   | 14                              |
|                     | 発育測定<br>(5年生) (3年生) (4年生) (6年生・4くみ) |    |                      |                                 |
| 17                  | 18                                  | 19 | 20                   | 21                              |
| 発育測定<br>(2年生) (1年生) |                                     |    | 耳鼻科検診<br>(1・4年生、希望者) | 視力測定<br>(6年生・4くみ)               |
| 24 振替休日             | 25                                  | 26 | 27                   | 28                              |
|                     | 視力測定<br>(3年生) (2年生)                 |    |                      | 22日(土)<br>授業参観<br>視力測定<br>(1年生) |

うちひと いっしょ けんこうしんだん じゅんび  
お家の人と一緒に健康診断の準備をしましょう！

健康診断は、私たちの体や成長の様子を調べて、学校生活を送ることに問題がないかを確認するために  
行われます。自分の体を知ることは、健康を守るだけでなく、体について深く考えることや、正しい  
生活習慣を身につけることにも役立ちます。しっかりと準備をしてから健康診断を受けましょう。

【発育測定】 成長の様子を調べます。

◎全員、体育着を持ってきてください。

◎計測のじまにならないよう、髪の毛は高い位置や後頭部で結ばないようにしてください。

【耳鼻科検診(1・4年生、希望者)】

耳・鼻・喉、発音に異常がないか調べます。

◎前日は、綿棒等を使って耳掃除をするようにしてください。

【視力測定】 見え方に問題がないか調べます。

◎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。



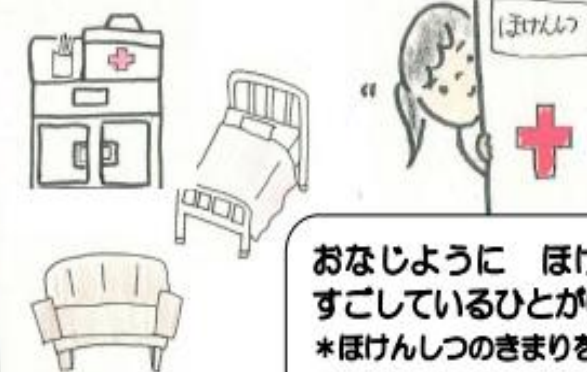
かみごうしょう

# 上郷小のほけんしつってこんなところ

1にちにほけんしつに  
くるひとは、  
だいたい 25人

ほけんしつに くるひと

つかえる場所が かぎられています



おなじように ほけんしつで  
すごしているひとがいます。  
\*ほけんしつのきまりを  
まもりましょう。

みんなの  
ほけんしつ  
みんなの  
せんせい

- つかえないときは
- ① 宮崎先生が いないとき
  - ② 健康診断の とき
  - ③ だれかが そうだんに きたとき
- など

## ●早退のめやす●

- ・1時間程度休んでもよくなる  
ないとき
- ・授業を受けることがむずかしいとき
- ・感染症（インフルエンザ、ノロウイルスなど）が発生しているときに、体調が  
悪くなったとき
- ・37.5℃よりも熱があるとき（これから熱が上がりそうなど）
- ・大きなけがをしたとき
- ・げりや嘔吐をしたとき
- など

## ほけんしつのきまり

ほけんしつは上郷小のみんなが使うところ  
です。一人ひとりが「ほけんしつ  
のきまり」を守って、だれもが心地よく  
すごせるようにしましょう。

ほけんしつ  
保健室に行ってきます。

担任の先生に保健室に  
行くことを伝えて来ましょう

つか  
使いたいときは  
せんせい  
先生に声をかけてね！

ほけんしつ  
保健室にあるものは  
かって  
勝手にさわりません

ほけんしつ  
保健室のなかやまわりでは  
しず  
静かにしましょう

はい  
入るとき・出るときは  
あいさつをしましょう

きずはなるべく  
自分で洗いましょう

ゆたんぼ  
ほれいざい  
COOL  
借りたものは  
その日のうちに返しましょう

### 【おうちでの健康観察】

学校へ登校する前に体温を測ったり、いつもの体調と変わったところがないかなど、必ず健康観察をしましょう。ぜひ、毎月配付される健康観察票をおうちで活用してください。体調が悪いときは、無理をせずにおうちで様子をみましょう。

### 【欠席等の連絡方法】

学校を欠席する場合は、**8時30分までに**必ず保護者の方から学校へ連絡をしてください。連絡方法は、**ロイロノート**にログインをしてお子さんのクラスの連絡カードに連絡事項を入力してください。ロイロノートが使えない場合は、**連絡帳**もしくは**お電話**で連絡をしてください。

ロイロノートでの連絡は、  
**4月17日(月)から**です。  
**※1年生は4月25日(火)から**

それまでは、連絡帳または  
お電話で連絡をしてください。

## 今年度お世話になる校医の先生方の紹介です

内科  
歯科  
眼科  
耳鼻咽喉科  
学校薬剤師

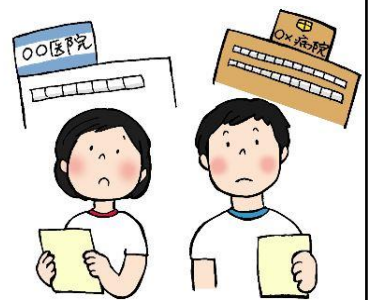


じゅしん

## 受診のおすすめについて

医療機関での治療や精密検査、相談が必要となった場合に、「受診のおすすめ」の用紙をお子さんを通してお渡ししていきます。

むし歯や視力低下、脊柱側弯症などは、はっきりとした自覚症状がないまま進行することがありますので、早めに必要な検査や治療を受けられますようお願いいたします。受診や治療が済みましたら、おすすめの手紙の下にある「受診報告書」を学校へご提出ください。



※ 受診のおすすめについて、すでに医療機関にかかっている方や、継続的にかかっている方は、保護者の方が必要事項を記入し、提出していただければ大丈夫です。

## 災害共済給付制度について

災害共済給付制度とは、お子さんが「学校の管理下」で大きなケガなどをした際に、独立行政法人日本スポーツ振興センターから給付金が支払われる制度です。

### ▲給付対象となる「学校の管理下」の範囲

授業中、学校行事、休み時間、  
通常の経路および方法での登下校中など

### ▲給付対象となる「災害」の範囲

負傷（捻挫、骨折など）、  
疾病（食中毒、熱中症など）、  
障害（負傷・疾病で後遺症が残った場合）など



負傷・疾病では医療費総額が500点（5000円）以上で給付対象となります。※窓口での支払いが1500円以上であっても対象にならない場合があります。

なお、申請には受診した医療機関での証明が必要になります。より詳しい内容、ご不明な点につきましては、学校（保健室）までお問合せください。

こんにちは！

さくねんど ひつづ かみごうしょうがっこう  
昨年度から引き続き上郷小学校

でお世話になります。

ようごきょうゆ みやざきさな  
養護教諭 宮崎沙奈です😊

こどもたちが健康で元気に

がっこうせいかつ おく  
学校生活を送れるよう、  
せいいつぱい  
精一杯サポートします。

こんねんど  
今年度は、みなさんとさらに

ふか かが まえむ  
深く関わって、前向きに  
たくさんチャレンジ  
したいです！

なに き  
何か気になることが  
ありましたら、  
ご連絡ください。  
よろしく  
お願いいたします。

