

# ほけんだより4月

令和6年4月10日  
横浜市立白根小学校  
校長 海老澤 孝代  
養護教諭 森 百花



## ご入学、ご進級、おめでとうございます。

新年度になり、新しい先生や新しいお友達との学校生活が始まりました。「仲良くなれるかな。」  
「難しくなる勉強についていけるかな。」とドキドキとした緊張や、不安を感じながら過ごして  
いる人もいるのではないのでしょうか。そんな時は、おうちの人や、学校の先生、お友達など  
話しやすい人にその気持ちを伝えてみてください。少しは気持ちが楽になるかもしれません。



## 健康診断が始まります！



春になると必ず学校で行われる健康診断。学校の健康診断は「子どもたちの健康  
管理の柱」となっています。健康手帳を眺めてみて自分の成長、体について知る  
貴重なチャンスを大事にしてください。

### 健康診断の目的

#### ① 自分の体について知る

自分の体の成長や、どこか具合が悪いところがないか、などを知ることができます。

#### ② 病気の早期発見と早期治療

様々な検査を通して、病気を早く見つけることができます。また早く治療することにもつながり、病気の悪化を防ぐことができます。



### 校医さんの紹介です

- 内科 石田 久人先生  
(石田クリニック)
- 歯科 藤澤 直樹先生  
(ふじさわ歯科医院)
- 眼科 油井 千旦先生  
(鶴ヶ峰三井眼科クリニック)
- 耳鼻科 土屋 由子先生
- 薬剤師 寺尾 雅巳先生  
(ファークロス薬局四季)

健康診断の結果は、健康手帳や「受診のおすすめ」にて  
お知らせします。各検診日より1週間以内に、お知らせがなかった  
場合は「異常なし」と考えてください。学校での健康診断は  
疑わしいものを選び出すものなので、医療機関に受診の結果、  
「異常なし」と診断されることもありますので、予めご了承ください。  
受診および相談が終わりましたら、受診報告書を学級担任  
まで、提出をお願いします。



がつ けんこうしんだんよてい けんこうしんだん う まえ ちゅうい  
**4月の健康診断予定・健康診断を受ける前の注意**

10(水)	はついくそくてい 発育測定	5 ・ 6 年
11(木)		3 ・ 4 年
12(金)		2 年 ・ 5 組
15(月)	し か けんしん 歯科検診	1 年
18(木)		3 ・ 5 年
19(金)		2 年
22(月)		3 年
23(火)		5 年
24(水)	ちようりよくけんさ 聴力検査	1年・5組対象学年
25(木)		1 ・ 2 年 ・ 5 組

し か けんしん あさ みが わす  
 歯科検診の朝は、磨き忘れがないように、  
 ちようりよくけんさ まえ みみそうじ き  
 聴力検査の前は、耳掃除をしておくこと聞こえが  
 よ  
 良くなります。健康診断の前に確認をしましょう。  
 けんこうしんだん まえ かくにん  
 ひつよう 必要であれば、おうちの人に自分からお願いしまし  
 ねが いた ねが  
 お願い致します。

ほごしゃ みなさま かねてい じゅんび こえか  
 保護者の皆様、ご家庭でもご準備やお声掛けを  
 ねが いた  
 お願い致します。



ほけんしつ りよう  
**保健室を利用するときは**

担任の先生に  
 休んでいる人のためにも  
 先生に声をかけてから  
 使ってください

ほけんしつ りよう つた  
**保健室を利用するときに伝えてほしいこと**

どこが?	いつから?	どんなふうに?	どうして?
からだのどの部分の ケガ・具合が悪い?	ケガや具合が悪く なったのはいつから?	どんなふうに痛い・ 具合が悪いのかな?	何をしているときにケガ・ 具合が悪くなった?

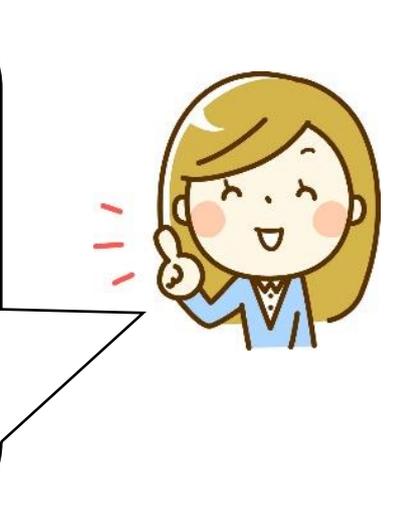
ほけんしつで  
**できること・できないこと**

具合が悪くなったとき	休養して様子を みます	薬を出すこと はできません
けがをしたとき	応急手当を します	継続した処置 はできません

ほけんしつ く まえ てあ  
**保健室に来る前に手当てをしてみよう!**

【あう】	【おさえる】	【ひやす】
傷口の汚れなどを洗い 流します。	血が出ているところを 押さえて血を止めま す。	痛めたところを冷やし ます。

はじめまして。4月から白根小のみなさんと過ごすことになりました  
 た、森 百花です。みなさんが体も心も元気に過ごせるよう、保健室  
 からサポートさせていただきます。よろしくお願ひいたします。  
 体調の悪い人やけがで来室する人はもちろん、委員会のお仕事や  
 私と話すために来室する人もいると思います。どんな人にとっても  
 居心地のよい保健室にしたいです。そのためには、みなさんの思いやり  
 が鍵となってきます。みなさんの優しさと温かさで、  
 一緒に居心地のよい保健室をつくっていきましょう!



保護者の皆様

いつも本校の学校保健活動にご理解、ご協力いただきありがとうございます。1年間どうぞよろしくお願ひいたします。新年度に伴い、保健に関して、お知らせいたします。

毎朝、ご家庭でお子様の様子や健康観察をお願いいたします。体調がすぐれない場合は、無理に登校せずに、ご家庭で様子を見ていただけると幸いです。よろしくお願ひいたします。

●学校感染症について

学校感染症と診断された場合、たとえ軽症でも出席停止となりますので必ず担任までお知らせください。(特に麻疹は早急に学校から保健福祉センターへ報告の必要があります。)医師から登校許可が出て登校できるようになったら健康手帳をお渡ししますので、最終ページに保護者様が記入して、担任までご提出ください。登校許可証等のご提出は必要ありません。学校感染症の主な種類を記載しています。ご参照ください。

おも 学校感染症一覧表

Table with 2 columns: 病名 (Disease Name) and 出席停止の期間 (Absence Period). Rows include: 新型コロナウイルス感染症 (COVID-19), インフルエンザ (Influenza), 水痘 (みずぼうそう) (Chickenpox), 流行性耳下腺炎 (おたふく) (Mumps), 咽頭結膜熱 (プール熱) (Pharyngitis), 流行性角結膜炎 (はやり目) (Conjunctivitis), 麻疹 (はしか) (Measles), 風疹 (3日はしか) (Rubella), 百日咳 (Whooping cough).

●日本スポーツ振興センター加入について

学校では子どもたちが健康で安全な生活が送れるように十分注意していますが、校舎内外で思わぬけがをすることがあります。この場合に、医療費や各種見舞金を給付するための法律で設立された共済制度が「日本スポーツ振興センター」です。横浜市では毎年全員加入となっており、学校納入金に掛け金460円(年額)が含まれています。学校管理下(登下校含む学校にいる時間)が給付の対象です。病院の治療を受けた場合は、総医療費の4/10相当が給付されます。ただし、医療費の総額が500点(5000円)以上(目安:窓口支払いで1500円以上)の場合が給付金の対象となります。また、複数日の受診で加算し、500点以上の場合も、給付金の対象となります。なお、手続きの期限はけがをした日から2年以内です。学校管理下でけがをして受診した場合、受診先の医療機関で記入していただく書類をお渡ししますので、お早めにご連絡ください。