

ほけんだより



令和5年5月8日
神田小学校 保健室

さわやかな風が心地よい季節になりました。
新学期がスタートして早くも1カ月がたち、新しいクラスにも慣れてきたことと思います。楽しかったゴールデンウィークの疲れが少し出てくる頃かもしれません。体調管理に注意しながら、今月も楽しんで過ごしていきましょう。

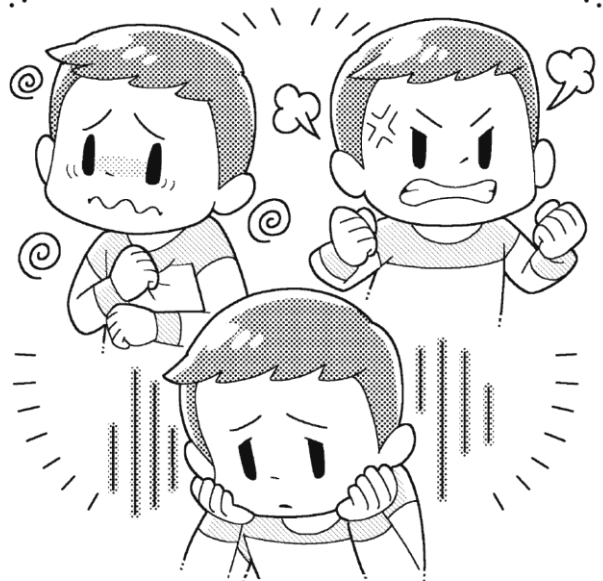
体が成長する今、大切なこと

食事 骨や筋肉をつくるもとになる栄養を、バランスよくとりましょう。

すいみん 成長をうながす物質である「成長ホルモン」は、ねている間に体の中に出ています。

運動 運動をするとおなかがすき、夜ぐっすりねむれます。また、運動のしげきは、骨の成長をうながします。

体だけではなく、心も成長します



これまでになかったようないらいらや不安を感じるのは、心が大人に近づいているからかもしれません。これも成長のしるしです。

健康診断について



健康診断では、みなさんの体に病気や異常がなく、これから1年間、元気に勉強や運動ができるかを調べます。病気や異常が見つかった場合、早めに病院を受診し、安心して学校生活を送れるようにしましょう。

色覚検査は他学年でもご希望により、検査を受けることができます。ご希望の方はお知らせください。



5月	
9	火 [配付]尿検査予備
10	水 [回収]尿検査予備
11	木 耳鼻科検診(全学年) 9:00
15	月 色覚検査(4年希望者)
16	火 色覚検査(1年希望者)
18	木 内科検診(2, 4, 6年) 9:00 (川村Dr)
23	火 内科検診(1年, 3-1, 3-2) 13:30 (川崎Dr)
24	水 内科検診(えがお, 3-3, 5年) 13:30 (川崎Dr) [配付]尿検査2次(該当者)
25	木 [回収]尿検査2次(該当者)

保護者の方へ 健康診断を実施するにあたり、留意点

- 1 学校で行われる健康診断は、「**スクリーニング検査**」（短時間で病気や異常がないか、疑わしいものとそうでないものに振り分ける検査）です。病院で行う精密検査と結果が異なる場合もありますので、ご承知おきください。
- 2 健康診断の結果、病気や異常があった場合、「**治療勧告書**」をお渡しします。早めに病院を受診し、その結果を「治療勧告書」に記入してもらい、担任へ提出してください。（※慢性疾患等により既に受診されている場合は、次に受診された際に「治療勧告書」を記入していただき、提出してください。）
- 3 学校医の先生による健康診断を欠席した場合、**後日保護者同伴のもと、学校医の病院にて**健康診断を受けていただきます。
- 4 業者による健康診断を欠席した場合、**予備の検査日に、保護者同伴のもと、指定の場所で**、健康診断を受けていただきます。（お手紙でお知らせします。）

健康診断結果について

- **尿検査**（一次）は、二次検査対象の人にお知らせします。二次検査の結果は全員にお知らせします。
- **色覚検査**を受けた人には、眼科検診とは別の用紙で、封筒に入れて全員に結果をお知らせします。
- **視力検査**は、A（1.0）・A（1.0）以外の人に、眼科検診の結果と一緒にお知らせします。
- **耳鼻科検診**は、疾病や異常の疑いがあった人に、聴力検査の結果と一緒にお知らせします。
- **心臓検診**（1、4年対象）は、二次検査対象の人にお知らせします。
- **内科検診**の結果、病院での治療または相談が必要と判断された人に、お知らせします。運動器・脊柱側弯症問診票の“ある”に○を付けても、学校医が受診の必要はないと判断した場合は、お知らせしません。

* 日本スポーツ振興センター「災害共済給付制度」について *

日本スポーツ振興センターとは、学校の管理下で児童が怪我等をし、医療機関を受診した際に、その医療費が支払われる制度です。

学校の管理下とは 授業中、休み時間、課外活動（校外学習等）、登下校中等

給付の対象は 初診から治療が終了するまでに、医療機関の窓口での負担額が、保険適用で1,500円以上になった場合に対象になります。保険適用外の場合や、1,500円未満の場合は、対象になりません。

給付の手続きは 手続きを行う際は、学校から必要な書類をお渡ししますので、担任か保健室までお知らせください。なお、給付金の支払いまで約3ヵ月程かかります。書類の提出時期等によっては、それ以上かかる場合もありますので、ご承知おきください。

★掛金は6月に徴収させていただきますので、よろしくお願いたします。



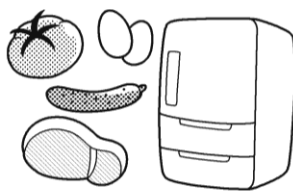
気温やしつ度が上がる季節には、細菌による**食中毒**に注意！

食中毒予防のための3原則



菌をつけない

調理の前に、手や食材、調理器具を十分に洗いましょう。



菌を増やさない

食材はすぐに調理するか、冷蔵庫に入れましょう。



菌をやっつける

細菌は熱に弱いものが多いので、十分に火を通しましょう。

