



ご入学、ご進級、おめでとうございます。入学式で、校長先生が「一年生のみなさん、ご入学おめでとうございます。」と言うと、「あ・り・が・

とーう、ご・ざい・ます。」と新一年生全員の声がピッタリ合っていて感激しました。これからの学校生活でも、お友達と気持ちを合わせて、仲良く過ごしてくれることを願います。保健だよりを作成しているのは、自称「公郷小のお母さん」下井田いずみです。みなさんの心と体を元気にするのが目標です。よろしくお願いたします。けがをしたり、ぐあいが悪くなったり、なやみごとがあるときには、担任の先生に保健室へ行くことを伝えてから来てください。みなさんが健康に生活できるように、いっしょに考えていきましょう。



保健関係の書類がたくさんあります。健康診断の問診票になりますので、記入が済みましたら速やかに担任へご提出ください。

ご提出ください。

- ① 定期健康診断保健調査票
- ② 運動器検診保健調査票
- ③ 結核健康診断問診票
- ④ 心臓検診調査票（1年生のみ）
- ⑤ 色覚検査希望票（2年生のみ）

お世話になる

内科	井上桂先生	（かつら整形外科クリニック）
眼科	加藤英記先生	（加藤眼科クリニック）
耳鼻科	河野英浩先生	（こうの耳鼻咽喉科）
歯科	橋本善子先生	（今井歯科医院）
薬剤師	七里秀子先生	（ゆたか薬局 釜利谷店）

学校医の先生です

自分でやろう！健康観察！！

ご家庭で毎朝、お子さん自身が自分の健康観察ができるようにお手伝いをお願いします。

- ① 熱はないか？
- ② 顔色は、赤かったり、青白かったりしていないか？
- ③ 朝ごはんは、しっかり食べられたか？
- ④ 朝うんちはでたか？
- ⑤ やる気はあるか？



新型コロナウイルス感染症の毎朝の「健康観察記録表」は一旦、お休みします。再び流行してきたり、新たな感染症が出てきたら、再開するかもしれません。

引き続き、朝から具合の悪いお子さんは、無理をさせず、学校を休ませて様子を見てください。

新学期は、からだも心もつかれますので、おそくても夜9時にはふとんに入るようにさせ、朝は出掛ける1時間以上前に起こし、朝ごはんは具沢山の味噌汁（スープ）と米飯（パン）など、子ども達が午前中、がんばって学習に励むためのエネルギー源を補給してください。そうすれば、自然と朝食の後に、いいうちがでますよ。

はやね はやおき、あさごはん、あさうんち 「熱なし！マスク・ハンカチ、ポケット！！」

日本スポーツ振興センターの「災害共済給付制度」について



学校で学習している間や登下校時、修学旅行、キャンプ、遠足などで起きたケガについて病院にかかった場合に、治療費が給付される制度、いわゆる保険です。

そのようなケガをされた場合は、学級担任または養護教諭へお知らせください。病院と薬局にそれぞれ提出し記入していただく書類を渡します。

病院と薬局で記入してもらい、その書類を学校へ届けてください。

手続きをしてから、2～3か月程でかかった医療費（総医療費の3割）とお見舞い金（総医療費の1割）がプラスされて、給付されます。給付金は湘南信用金庫の指定口座に振込みます。

《注意事項》

○治療費の合計が保険証を利用して1,500円以上の場合には、この給付制度をご利用ください。窓口支払いが1,500円未満の場合には、小児医療証などの医療費助成制度をご利用ください。

○病床200床以上の医療機関では、医師の紹介状が無い場合、『初診の特定療養費』がかかります。『初診の特定療養費』は自己負担となり、給付の対象になりません。

○日本スポーツ振興センターへの申請文書を医療機関で記入していただく際に、申請文書料がかかる場合があります。申請文書料は自己負担になります。給付の対象にはなりませんので、病院に確かめてください。

○けがについての窓口支払い時に「手持ち金が少ないので小児医療証を使うが、今後の経過が心配なので日本スポーツ振興センターで保障してほしい」という場合には、学校での災害共済給付はお見舞い金の1割のみ請求できます。その際は小児医療制度を使用した事を紙に書いてお知らせください。

○ひとり親制度を使用して、窓口負担が無い場合にも学校での災害共済給付は、お見舞い金の1割のみ請求できます。ひとり親制度を使用した際にも紙に書いてお知らせください。

*ご不明な点は、横須賀市教育委員会 保健体育課 学校保健係へ

*詳しく知りたい場合には、日本スポーツ振興センターHPにアクセスしてください。

<http://www.jpnsport.go.jp/anzen/>

ほけんしつでの救急処置

① 病気の時には、1時間程度休養させて経過をみます。



卓遺

勉強が続けられないほど具合が悪い時には、保護者の方へ連絡させていただきますので、お迎えをお願いします。体調の悪いお子さんを一人で帰宅させることはできません。連絡がとれるようにしておいてください。

② ケガの時は、応急手当をします。

翌日からは、おうちで手当てをお願いします。

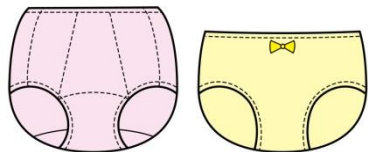
自宅でのケガや習い事でのケガは、おうちで処置してください。



病院で診てもらった方がよいと思われる大きなケガは、保護者の方に迎えにきていただき、専門医に受診していただきます。災害共済給付の対象になります。

き が か だ 着替えの貸し出しについて

- ① 洋服を汚してしまったときは、保健室の着替えを貸し出します。
洗濯をして返却してください。



ただし、下着（パンツ）だけは、
肌にふれるものですので、
新品のものをはかせます。
同じサイズの新品のものをお返しください。



- ② 吐いてしまったときや、失禁により汚れてしまった洋服や下着などは、二次感染のおそれがありますので、消毒のお薬をかけて、そのまま袋に入れてもたせます。ご理解ご協力をお願いいたします。

2023年度 健康診断の予定

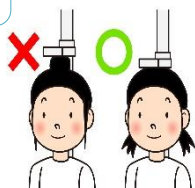
(忘れ物をしないように持ち物や前日の身じたくを確認してください。)

身体計測

計測場所：保健室

もちもの：たいそうふく
けんこうてちょう

身長を計るので、髪型に注意！
靴下を脱いで計測



頭の上や後ろで結ばないで、
二つに分けてください。



聴力検査

検査場所：ミーティングルーム

‘耳あか’がついていると、
聞こえにくいので、おうちで耳そうじをしてき
てください。おふるあがりに綿棒でやさしく！

4/10(月) 4年生 4/11(火) 3年生
4/12(水) 6年生 4/13(木) 5年3,4組
4/14(金) 2年生 4/17(月) 1年生
4/18(火) 5年1,2組 4/19(水) たんぽぽ

再検査 身長体重 5/9(火)
聴力 5/12(金)

視力検査

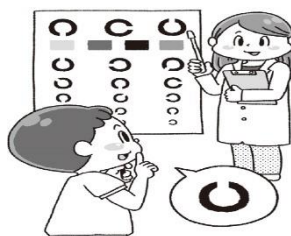
検査場所：保健室とミーティングルーム

もちもの：めがね
けんこうてちょう

めがねをもっている人は、
めがねをかけてきてください。

その人は矯正視力のみ計ります。

4/20(木) 6年生
4/21(金) 5年生
4/24(月) 4年生
4/25(火) 3年生
4/27(木) 2年生
4/28(金) 1年生



ランドルト C の
あいている方向を
ゆびさしてください。
高学年は、右！、左！
と声に出してもらって
もいいです。

色覚検査

2年生全員に「色覚検査についてのお知らせ」を配付しました。希望の有無を☑していただき、用紙を提出してください。希望した人は、5/15(月)保健室にて検査します。

耳鼻科検診

5月24日(水) 9:00~

対象: 2年生、5年生、他学年は希望者
検査場所: 保健室

おうちで取れる耳あかは、綿棒でやさしく
そうじしてきてください。検診できるのは、
この日だけです。欠席しないように、体調を
ととのえておきます。

検診のときには…

- ・髪の毛を耳にかけて、耳を出します。
- ・鼻の中を見るので、やさしく鼻水をかんで、
きれいにしておきます。



- ・のどの奥を見るので、「あー」と声を出す
ようにしてのどをみせます。

眼科検診

5/17(水) 9:00~

対象: 1年生、4年生、他学年は希望者
検査場所: 保健室

手を石けんで、きれいに
洗ってから保健室にきて
ください。



尿検査 対象: 全校児童

5/2(火)お家で、朝一番の尿を容器に
取り、学校へ持ってきてください。

- ※ 2次検査 5/19(金) 朝9時まで
- ※ 3次検査 5/30(火) 朝9時まで

それぞれ、業者が取りに来ますので、
他の日は受付できません。

内科(結核・運動器をふくむ)健診

4/26(水) 13:15~ 3年生・5年1、2組

5/10(水) 13:15~ 1年生・5年3、4組

6/7(水) 13:15~ 2年生、4年1、2組

6/28(水) 13:15~ たんぽぽ、6年生、4年3組

前回までの欠席者

検査場所: ミーティングルーム

もちもの: たいそうふく

前日は、お風呂に入って、からだをせいけつにしておきま
す。聞きたいことやしんぱいごとがあったら、連絡帳で担任の
先生か養護教諭に、知らせてください。検診の時に医師に確認
し、後日、連絡します。

【運動器健診】アキレス腱をよく伸ばして、
しゃがみ込みができるように練習して
おいてください。



心臓検診 対象: 1年生

5/2(木) 9:00~10:30

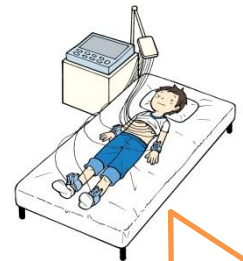
もちもの: たいそうふく

心臓病調査票を回収しています。担任の先生へ提出
してください。

☆当日は教室で‘くつした’を
ぬいで図書館へきてください

★当日欠席した場合は、
保護者が付き添って、

6/29(木)午後 総合福祉会館
にて心臓検診が受けられます。



しずかに、ねていると
おわります。
いたみは、ありません。

歯科検診

5/18(木) 9:00~4年生、6年生

6/8(木) 9:00~5年生、3年1、2組

6/15(木) 9:00~2年生、3年3、4組

6/22(木) 9:00~たんぽぽ、1年生、未検査者

検査場所: ミーティングルーム

ねる前にしっかり歯をみがきましょう。そして、歯科検診日
の朝ごはんを食べた後も、ていねいに歯を磨いてから登校し
てください。

歯の検査では、歯医者さんがよく見えるように指三本分が
縦に入るぐらい大きな口を開けてください。

