

保健関係について

1、ご家庭にお願いしたいこと

I 健康にすごすための習慣を身につけ、生活のリズムを整えておきましょう。

◎夜は、早めに寝るようにしましょう

夜更かしのお子さんは、早起きから始めてみましょう。脳の活動が活発になるのは起きてから2時間半後からです。家を出る1時間半前には起きる習慣をつけましょう。

◎朝食は、必ず食べましょう

朝食は、1日を元気に過ごすためのエネルギーです。しっかりと食べる事で体温も上がり、脳も目覚めます。

◎登校前に排便を済ませましょう

入学後して最初の時期は、緊張のため朝の排便がスムーズにいかないかもしれません。ゆっくり時間をとって、排便の練習をしましょう。

4月からは、幼稚園や保育園と違った新しい環境に入ります。入学してからの生活を元気に過ごすために、睡眠・食事・排便などの基本的な生活リズムを今のうちから整えておきましょう。

II ご家庭での健康管理・健康観察をお願いします。

新学期は、子どもたちにとって環境が大きく変わり、大変疲れやすくなっています。生活環境を整え、夜は早めに休むなど、ご家庭での健康管理をお願いします。毎朝登校前には、お子さんの健康観察をお願いします。いつもと様子が違うようなときは、無理をせずご家庭で休養してください。

※欠席連絡は、8時半までにミマモルメで入力をお願いします



III 出席停止について

以下の感染症については、他児童への感染防止のため、出席停止扱いになります。医師から診断を受けましたら、学校へ連絡をお願いします。

治って登校する際は、医師の許可が必要です。「登校許可書」を医療機関で記入していただき、学校へ提出してください。（文書料がかかります）

百日咳、麻疹（はしか）、水痘（水ぼうそう）、風疹、流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）、流行性角結膜炎（はやり目）、急性出血性結膜炎、咽頭結膜熱（プール熱）、※インフルエンザ、溶連菌感染症、髄膜炎菌性髄膜炎、※新型コロナウイルス感染症、その他など

※インフルエンザ、新型コロナウイルス感染症については、医療現場ひっ迫を防ぐため、現在登校許可証の提出は必要ありません。

2、保健室について

- ① 学校でけがをした際は、保健室で応急処置を行います。帰宅後はお子さんの様子を見てください。また、翌日以降の手当てはご家庭でお願いします。
- ② 学校で体調不良になった際は、保健室で休ませる事があります。体温が37.5度以上に上がった、または体調不良が続き教室で勉強をするのが困難な場合はお迎えをお願いしています。早退の際はお迎えが必要となりますのでご協力をお願いいたします。
- ③ 大きなけがをした時や、ご家庭で休養が必要だと判断した時などは、「緊急用連絡カード」を用いて保護者へ連絡します。必ず連絡が取れる連絡先をご記入ください。連絡順に連絡いたします。緊急連絡先の変更がありましたら、その都度学校へご連絡ください。
- ④ 4月から6月にかけて、健康診断があります。精密検査や治療が必要な場合はお知らせします。早めにかかりつけ医で診ていただくようお願いいたします。
- ⑤ 下着が汚れた際、保健室から下着をお貸しします。衛生面を考慮して新品の下着を貸し出しますので、ご返却の際は、未使用の新品下着をお返してください。

3、その他

- ① 日本スポーツ振興センターについて
朝登校中から帰りの下校までの学校管理下においてけがをした際、医療費や見舞金の給付を行う制度です。加入は保護者の同意が必要で、例年ほぼ全員の方にご加入いただいています。
加入方法は2つの方法があります。
 - 1, オンライン申請（QRコードを読み取り、入学式までに加入の有無を回答）
 - 2, 紙面申請（同意書を記入し、入学式当日に学校へ提出）どちらかの方法で申請をお願いします。
- ② 病気や体質、アレルギーについて学校生活において配慮をしなければならないことがありましたら、早めに保健室へお知らせください。
- ③ ハンカチ・ティッシュは毎日持ってきてください。ハンカチは毎日取り換えるようお願いいたします。