

おうちの人と一緒に読みましょう。



令和5年4月10日  
所沢市立椿峰小学校  
保健室

### 椿峰小学校の児童のみなさん、入学・進級おめでとうございます！

楽しい気持ちや不安な気持ちで胸がいっぱいだと思います。コロナ禍ではマスク姿の顔しか見ることができなかった約3年間。とても長かったですね。やっとアフターコロナという言葉が身近になってきて、学校生活がさらに魅力あるものになってくる予感がしてワクワクしています。みなさんが1年間、心も体も元気でいられるよう、保健室からお手伝いをさせていただきます。どうぞ、よろしくお願ひします。

4月より学校教育活動における、マスクの着用を求めないことを基本とした対応を行います。



## 《保護者の方へ》 一登校前の健康観察をおねがいします！

今年度も現段階では、引き続き毎日、『健康観察カード』の記入をお願いします。

ご理解とご協力のほどよろしくお願いいたします。

### その症状、体調不良のサインかも!?

#### 朝の健康チェック

こんなところを見てあげてください。



- 顔・表情** 顔色が悪い、ぼんやりしている
- 鼻** 鼻水・鼻づまりがある
- のど** 赤くなっている、咳が出る
- 皮膚** 腫れている、ジクジクしている
- 尿・便** 回数が多い、においや色が違う
- 食欲** 普段より食べる量が少ない、吐く
- 睡眠** 夜中に何度も起きる、目覚めが悪い

当てはまるものがあれば、体調不良のサインかもしれません



また、すぐに受診したりお休みするほどではない場合も、気になることがあれば知らせてくださいね。

### 保健調査票

の提出をお願いします

XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX

お子さんの健康状態を知り、学校での健康管理や健康診断の資料として役立てるためのものです。特にアレルギーや持病などについては、詳しく記入をお願いします。

提出期限は

4/17(月)

です。



緊急連絡カードの記入もお願いします。

新入生の保護者様【独立行政法人日本スポーツ振興センター災害給付制度の加入及び掛金の納入について】のお手紙を配布しました。よく読んで頂き、全員の方が加入されますようお願いいたします。

学校でケガをしたときは災害共済給付制度を利用できます



総医療費5,000円(自己負担3割の場合、支払いが1,500円)以上が対象です。学校管理下でケガをして受診したときは、早めに保健室にお知らせください。



# 気になることがあるときは…！

お子さんの様子で少しでも気になることがあるときは、ぜひ「具体的に」お伝えください。

## いつもと違うところは？

- 朝、検温したら〇℃だった
- いつもは〇〇だけど、今日は〇〇だった

など

## おうちでの様子は？

- 朝から機嫌がわるく、登校をしづんでいた
- いつもより強く叱ってしまい、落ち込んでいた

など

## 連絡先は？

- 当日、すぐに対応可能な連絡先

特に登録している緊急連絡先と

違う場合は必ず伝えてください



体のことはもちろんながら、心のサポートについても児童本人、保護者の方の手助けができるように椿峰小学校教職員がチームとなり寄り添い、支援をしていきます。登校への不安や、思春期による心身の変化による悩みなど、どうぞお気軽にご相談ください。

## 保健室はこんな場所です

ケガの手当て  
をしてくれる



体調が悪いときに  
休める



悩みを  
相談できる



体や心について  
聞ける



保健室では、みなさんが元気に学校生活を送れるように、体と心の健康をサポートします。

「特別な場所」ではなく、誰でも利用できる「みんなの場所」です。どんなに小さなことでも、遠慮せず、気軽に来てください。みなさんと会えることを楽しみにしています。

**定期健康診断がはじまります！** プライバシーには十分配慮し、安心して健康

診断が受けられるようにします。児童のみなさんも学校医の先生へ進んであいさつ

をする、待っている時はしずかにするなどマナーを守ってくださいね★



## 4月の予定

月	火	水	木	金
10日	11日 【提出日】保健調査 緊急連絡カード	12日 はついくそくてい 発育測定 5・6年	13日 はついくそくてい 発育測定 2・3年	14日 はついくそくてい 発育測定 1・4年
17日 はついくそくてい 発育測定・視力 56組	18日 視力1・4年	19日 視力2年	20日 視力3年	21日 視力5年
24日	25日 眼科検診 (全学年)	26日 視力6年 尿検査容器配布	27日 聴力1年 尿検査1日目	28日 聴力2年 尿検査2日目

