

# ほけんだより

～おうちのかたといっしょによみましょう～

令和8年4月10日

No.1

新潟市立浜浦小学校

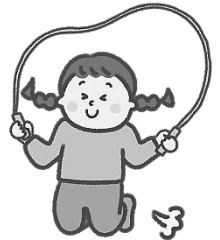
保健室

しんきゅう にゅうがく

## 進級、入学、おめでとうございます!

### ★ 規則正しい生活をおくろう

- 早ね早起きを心がけましょう。
- バランスのよい食事をとりましょう。
- 適度に運動をしましょう。
- スクリーンタイム（テレビ、ゲーム、スマホ、ネットなどであそぶ時間）の利用はおうちのかたとのルールを守りましょう。



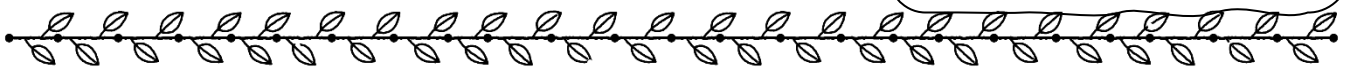
### ★ 心の健康にも目をむけよう

- 「今、どんな気持ちかな？」と、たまに心の声に耳をかたむけてみましょう。
- 不安や心配なことがあるときや、心がもやもやしているときは、おうちのかたと先生に話をしましょう。



### こんな時は保健室へ

- ・ けがをしたり、ぐあいがわるくなったりしたとき
- ・ 体のことで知りたいことがあるとき
- ・ 心の元気がなくなったときや、相談したいことがあるときなど



ようごきょうゆ  
養護教諭の

きびつ えりな  
吉備津 恵里奈 です。

みなさんが、毎日元気に過ごせるよう

保健室からサポートします。



### ★ 健康診断の日程

健診項目	日時	対象	健診項目	日時	対象
身体計測 〔身長、体重 視力、聴力〕	4月14日(火)	1～3年生	尿検査一次	5月15日(金)	全校児童
	4月15日(水)	4～6年生	歯科健診	5月27日(水)	全校児童
内科健診	5月8日(金)	5、6年生	尿検査二次	5月29日(金)	一次未提出者
	5月15日(金)	3、4年生	眼科健診	6月12日(金)	全校児童
	5月19日(火)	1、2年生	心臓検診	6月30日(火)	1年生
耳鼻科健診	5月14日(木)	全校児童			



はま こ けんこう がっこうさんし せんせい  
**浜っ子の健康をささえてくださる学校三師の先生です**


学校医(内科)	島本 由紀子先生	(阿部・島本小児科内科医院)
学校医(眼科)	根本 大志先生	(根本眼科耳鼻科医院)
学校医(耳鼻科)	瀧井 尚子先生	(たきい耳鼻科クリニック)
学校歯科医	池主 壘先生	(池主歯科医院)
学校薬剤師	松岡 徳子先生	(あがの調剤薬局)

**おうちの方へ**

お子さんがすこやかな学校生活を送ることができるよう保健室からサポートしていきます。心身の健康のことで気になることがある場合は、お気軽にお知らせください。

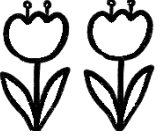
**1 保健の書類についてご記入をお願いします。**

4月～6月の健康診断時に使用しますので、ご記入をお願いします。1年生は、フツ化物洗口の申込もお願いします。

<p>全員→ ① 結核検診問診票(ピンク色)</p> <p>全員→ ② 運動器検診保健調査票(水色)</p> <p>全員→ ③ 耳鼻咽喉科保健調査票(緑色)</p> <p>4年生のみ→ ④ 色覚検査希望調査票(白色)</p> <p>1年生のみ→ ⑤ 心臓保健調査票(黄色)</p> <p>1年生のみ→ ⑥ フツ化物洗口申込書(白色)</p>	<p>締切 4月16日(木)</p> <p>提出先→担任</p>	
--	----------------------------------	--

**2 学校感染症にかかった場合は出席停止となります。**

インフルエンザや新型コロナウイルス感染症、水ぼうそう等に感染した場合は出席停止となります。療養後は「感染症診断通知書」または「療養解除届」の提出が必要です。書類は当校ホームページからダウンロード可能です。詳細は学校までお問い合わせください。



	療養期間	提出書類
新型コロナウイルス感染症	発症後5日を経過し、かつ、症状が軽快した後、1日を経過するまで	療養解除届 (新型コロナウイルス感染症用)
インフルエンザ	発症した後5日を経過し、かつ解熱した後、2日を経過するまで	療養解除届 (インフルエンザ用)
百日咳	特有の咳が消失するまで、または、5日間の適切な抗菌性物質による治療が終了するまで	感染症診断通知書
麻疹	解熱した後3日を経過するまで	
流行性耳下腺炎 (おたふくかぜ)	耳下腺、顎下腺又は舌下腺の腫脹が発現した後5日を経過し、かつ全身状態が良好になるまで	
風しん	発疹が消失するまで	
水痘 (水ぼうそう)	すべての発疹が痂皮化するまで	
咽頭結膜熱 アデノウイルス感染症	主要症状が消退した後2日を経過するまで	

上記の他にも出席停止になる感染症があります。主治医から指示があった場合は学校までお知らせください。