

# ほけんだより 4月

令和8年 4月号 大阪市立北恩加島小学校 保健室

1年生のみなさん、北恩加島小学校ようこそ！そして2年生以上の方のみなさん、今年度もよろしくお願ひします。4月から6月にかけていろいろな「健康診断」があります。自分の体のようすを知り、一緒に健康について考えていきましょう。

## 今月の保健目標 自分の体を知ろう

自分の体をしっかり知るための健康診断！約束を守って受けるようにしましょう。

## 健康診断

### 3つの約束

みんなが  
気持ちよく検査できるように  
必ず守りましょう

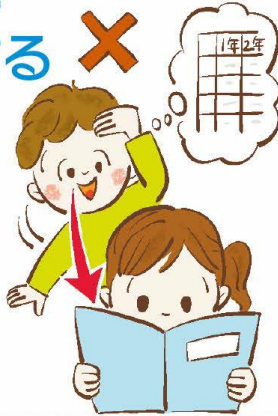
### あいさつをする

学校医の先生はみんなの体が元気なのか調べてくれます。みてもらう前と終わった後にはきちんとあいさつをしましょう。



### 体の情報はひみつにする

体や健康の様子は大事な個人情報です。友だちの結果を勝手に見たり、話したりしないようにしましょう。



### 静かに待つ

周りがるさいと、先生が体の音を聞きとれなかったり、友だちが耳の検査で困ったりして、検診ができません。



★保健★ 行事予定	ねん 6年	ねん 5年	ねん 4年	ねん 3年	ねん 2年	ねん 1年
発育測定	4月9日(木)		4月10日(金)		4月13日(月)	
視力検査	4月14日(火)		4月15日(水)	4月16日(木)	4月17日(金)	
眼科検診	4月21日(火)					
聴力検査	4月23日(木)		4月24日(金)		5月1日(月)	5月8日(金)
心臓検診	(要管理者のみ受診)					5月14日(木)
尿検査	一次:5月18日(月) 予備日:5月19日(火) / 二次:6月5日(金)					
内科検診	5月15日(金)		5月19日(火)		5月12日(火)	
耳鼻科検診	5月20日(水)					
歯科検診	6月16日(火)		6月9日(火)		6月2日(火)	

## 学校医の先生を紹介します

(内科) 柿原 幸司先生 (眼科) 志水 一夫先生 (耳鼻咽喉科) 西幹 二郎先生  
(歯科) 吉田 新平先生 (薬剤師) 藤井 ゆかり先生



保護者のみなさまへ・・・

これから健康診断が続きます。検査や検診の日に、できるかぎり遅刻や欠席をしないよう、体調管理をお願いします。また、保健関係書類の提出もよろしくお願ひします。**(提出期限は4月13日(月)です。)**

検診結果のお知らせは、歯科検診以外は受診の必要な児童に渡します。所見がなかった児童には、健康診断が全て終わりましたら、学期末に「健康の記録」で検診結果のお知らせをします。

視力検査の結果は、B判定(0.9~0.7)以下の児童に渡します。なお、学校における健康診断は「スクリーニング」といって、健康上問題や疑いがあるかどうかを調べるためのものなので、病院などの医療機関で受ける検査とは異なります。そのため、結果のお知らせをもらい病院受診した際、異常なし・心配なしと診断されることもあります。ご承知おきください。今年度も、本校の保健活動にご協力をよろしくお願ひします。



# 保護者のみなさまへ

## ～元気な学校生活を送るために～



### 身につけておきたい生活習慣と生活リズムについて

- 清潔なハンカチ・ティッシュを持つことや、「歯みがき」「手洗い・うがい」を行うことは、基本的な生活習慣です。毎日自分でできるようにしておきましょう。
- 爪は、安全のためにも短く切っておきましょう。
- 十分な睡眠時間をとりましょう。寝る前のスマートフォンやゲームは、寝つきが悪くなる原因になります。寝る1時間前には使用をやめてお布団に入るようにしましょう。また朝はゆとりを持って起き、洗顔・朝食・歯みがき・トイレを済ませて登校しましょう。

★睡眠時間について・・・小学生には9時間以上の睡眠が必要です！

必要な睡眠時間・・・(7歳)10時間30分 (9歳)10時間 (11歳)9時間30分  
『ネルソン小児科学』より

### 登校前の健康観察について

- いつもと調子が違うと思われるときは、体温測定をし、体調をよくみてください。
- 熱が高いときなどは無理をせず、家で休養をとるようお願いいたします。

### 登校してから体調が悪くなったときについて

- 保健室で休養しても、症状の軽減が見られない場合は、発熱がなくてもお迎えをお願いすることがあります。

### 緊急連絡先について

- 緊急連絡先は「保健調査票」に記入していただいておりますが、勤め先が変わるなど、連絡先が変更になった場合は、必ず担任にお知らせください。

### 健康面で知らせておきたいことについて

- 「保健調査票」への記入、または直接学校にお知らせください。

### 健康診断について

- 4月から6月の間に、定期健康診断がおこなわれます。検診の結果は、プリントでお知らせしますので、早めに医師の診察や治療を受けるようにしてください。

### 独立行政法人日本スポーツ振興センターによる災害給付制度について

日本スポーツ振興センターの  
**災害共済給付制度が使えます**

学校で起こったケガ等に対して、医療費等の給付が受けられる制度があります。

学校の管理下でのケガ等が対象です

★掛け金は、児童費の中に含まれます。(460円)

★給付の対象は、診療報酬額5,000円以上(診療報酬点数が500点以上)の場合です。

★学校管理下のケガで、医療機関を受診された場合は、学校までご連絡ください。  
申請手続きの書類をお渡しします。

★提出書類は主に下記の3点です。

- 医療証等併用届(保護者記入用)
- 医療等の状況(かかった医療機関で記入してもらう。)
- 調剤報酬明細書(薬が処方された場合、処方された薬局や病院で記入してもらう。)

★学校から、災害申請を行い認定・給付されるまで3ヶ月以上かかることもあります。

★認定されましたら、登録されている個人口座へ給付金を振り込まさせていただきます。

### 学校医療券について

- 大阪市では、就学援助制度認定者及び特別支援教育就学奨励費支弁区分I段階の認定者に、学校医療券の交付制度があります。
- 学校医療券は、定期健康診断などの結果、治療を必要とする児童に対して、下記の対象疾病についてのみ援助を行うもので、保護者からの申し出により発行いたします。
- 学校医療券での治療を希望される方は、学校の健康診断が終わり、治療に行かれる前に保健室までお申し出ください。※医療費援助(子ども医療証等)との併用はできません。

(対象疾病)

- |                     |                    |
|---------------------|--------------------|
| (1) トラコーマ           | (5) 慢性副鼻腔炎(鼻炎は対象外) |
| (2) 結膜炎(アレルギー性は対象外) | (6) アデノイド          |
| (3) 白癬・疥癬・膿痂疹       | (7) う歯             |
| (4) 中耳炎             | (8) 寄生虫病(頭ジラミは対象外) |

★分かりにくい点、ご質問がありましたら、お気軽に保健室までお問い合わせください★