

ほけんだより 4月



藤沢市立天神小学校 保健室
2022.4

あたら 新しい学年クラスでスタートですね。わくわく、ドキドキしてねむれない…なんてとき

おも もあると思います。あた かんきよう せいかつ 思いのほか疲れます。

あさ げんき にち す 朝から元気に1日が過ごせるように準備をしていつもより早く休むようにしましょう！！

4月の健康診断の日程をお知らせします

11日	月	天学 6年	視力検査 身体計測
12日	火	6年 5年	視力検査 身体計測
13日	水	5年 4年	視力検査 身体計測
14日	木	4年 3年	視力検査 身体計測
15日	金	3年 2年	視力検査 身体計測
18日	月	全学年 2年 1年	尿検査 視力検査 身体計測
19日	火	1年 天学	視力検査 身体計測

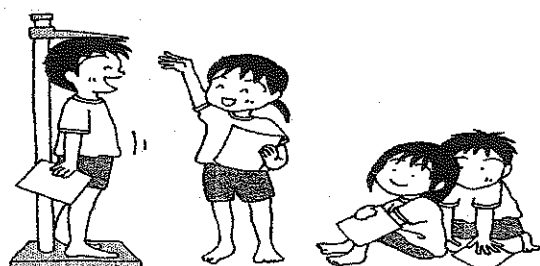
20日	水	6年	視力再検査
21日	木	5年	視力再検査
22日	金	4年	視力再検査
25日	月	1年	心臓検診
26日	火	2年	視力再検査
27日	水	3年	視力再検査
28日	木	1年	視力再検査

※色覚検査を希望される場合は担任へお知らせ下さい

しんたいけいさく しんぞうけんしん ひ
身体計測や心臓検診の日は、
あたまのうす かんみ の毛を
むすんでこないようにしましょう！！



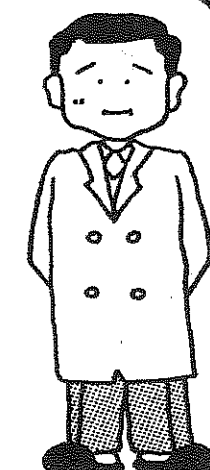
視力検査にはメガネを
もってきてね！



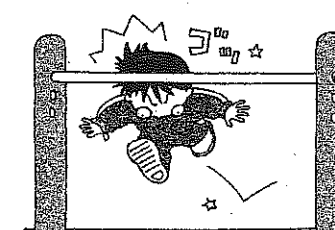
お世話になる先生方

- 内科 亀津 先生 (えりクリニック)
- 歯科 風間 先生 (風間歯科医院)
- 眼科 鈴木 先生 (善行すすき眼科)
- 耳鼻科 池田 先生 (いけだ耳鼻咽喉科)
- 薬剤師 鈴木 先生 (大庭ファーマシー)
- 側わん検診 西村 先生 (西村整形外科)

よろしく お願い します っ



日本スポーツ振興センターについて



学校管理下で発生した傷病などの医療費、およびその傷病による障害見舞金給付する共済制度です。

学校でのけがには、藤沢市が発行している小児医療証が原則使用できませんので、学校のけがで病院を受診される場合は、担任または保健室までお知らせください。手続きの書類をお渡しします。



昨年度より天神小学校の保健室へき
て2年目になります。

いとうちさと もう
伊藤知里と申します。

みなさんが元気に安心して学校生活

を送れるようにサポートしていきたいと

おも 思います。よろしくお願い致します。

健康調査票裏面にも記載されています（黄色い用紙）

2022年4月6日改訂版

変更点は色付き部分です

- 1 毎日、検温と症状の確認をし、健康調査票に記入のうえ、学校に持参させてください。
2 次の場合は、出席停止となりますので、学校に連絡してください。
【学校への連絡事項】・症状が出始めた日 ・受診した医療機関名と受診日 ・医師や保健所の指示について

(1) 健康調査票の「風邪の症状や発熱（下の【発熱の基準】をご確認ください）、報告し、強いだるさ等の症状がある場合（解熱剤を飲み続けなければならない場合も含む）」

- (2) 濃厚接触者又は検査対象者等について

児童生徒が濃厚接触者となった場合（この場合、次のいずれかに該当すれば登校できる。①陽性者との最終接触日を「0日」とし、7日が過ぎるまで。②最終接触日を「0日」とし、4日目と5日目に実施した新型コロナウイルス感染症の検査で陰性（－）が確認された場合、5日目の検査後から登校できる。③保健所や医療機関が登校を許可した日付。

・児童生徒の同居家族が濃厚接触者となり、当該同居家族に発熱や症状がある場合。【この場合、児童生徒の登校再開については、濃厚接触者の健康観察期間終了後、又は、当該濃厚接触者が新型コロナウイルス感染症の検査（医療機関や自宅でのPCR検査、抗原検査）により陰性（－）となった場合、可能です。また、当該同居家族に発熱や症状がない場合は登校可となりますが、児童生徒を欠席させる場合は出席停止扱いとしますので、学校へご連絡ください。】

- ・児童生徒や同居家族が、新型コロナウイルス感染症以外の理由で入院するために検査を行う場合
- ・同居家族が医師や保健所の指示でなく、発熱や症状のない状態で自主的な検査を行っている場合
- ・同居家族の勤務先が医療機関である等の理由で検査を実施する場合
- ・同居家族が海外から帰国し空港での検査の結果は陰性であったため、自宅待機となっている場合

- (3) 児童生徒の同居家族が発熱や症状があり、かつ、医師の指示や保健所の指導で、新型コロナウイルス感染症の検査（PCR検査等）を受ける場合
 - (4) 海外からの帰国による自宅待機期間中にあたる場合
 - (5) 持病があり、感染すると重症化する恐れがある場合
 - (6) 保護者からの申し出により、児童生徒の同居家族に高齢者や基礎疾患があるなどの合理的な理由があると校長が判断する場合、又は当面の間において、感染への不安によりお子様の登校を控えると保護者から申し出があった場合
 - (7) 児童生徒が新型コロナウイルスワクチン接種を受ける時又は新型コロナウイルスワクチン接種による副反応が出た時に学校を休む場合
 - (8) 児童生徒が新型コロナウイルス感染症の検査で陽性だった場合（PCR検査、抗原検査又は自主療養届出システムで陽性となった者をいう（医療機関が検査をせずに陽性と診断した「みなし陽性」を含む））。
- ※ 発熱がなく、風邪の症状のみでも出席停止となります。

- 3 健康観察をもとに風邪の症状がある場合は、インフルエンザの可能性もふまえ、12～48時間以内にかかりつけ医等に電話で受診等の時期について相談してください。

① 平熱が37.0度未満の場合

検温の結果、体温が37.5度以上の場合は、体調不良がなくても、出席停止とします。

感染症法では、発熱とは37.5度以上と定義されていますが、検温した結果、体温が37.5度未満であっても、平熱より0.5度以上高く、かつ、体調不良（だるい、食欲不振、嘔気など）がある場合も、発熱の可能性があるため、出席停止とします。

- ② 平熱が37.0度以上の場合

平熱より0.5度以上高い場合は、症状がなくても出席停止とします。検温した結果、体温の上昇が平熱より0.5度未満であっても、体調不良（だるい、食欲不振、嘔気など）がある場合も、出席停止とします。これまでに保護者からかかりつけ医等にお子様の平熱や発熱の基準について相談したことがあれば、学校にご連絡ください。

※「①」「②」で出席停止となった場合は、保護者からかかりつけ医等に受診や電話等で相談し、登校の可否を確認し、学校にご連絡ください。

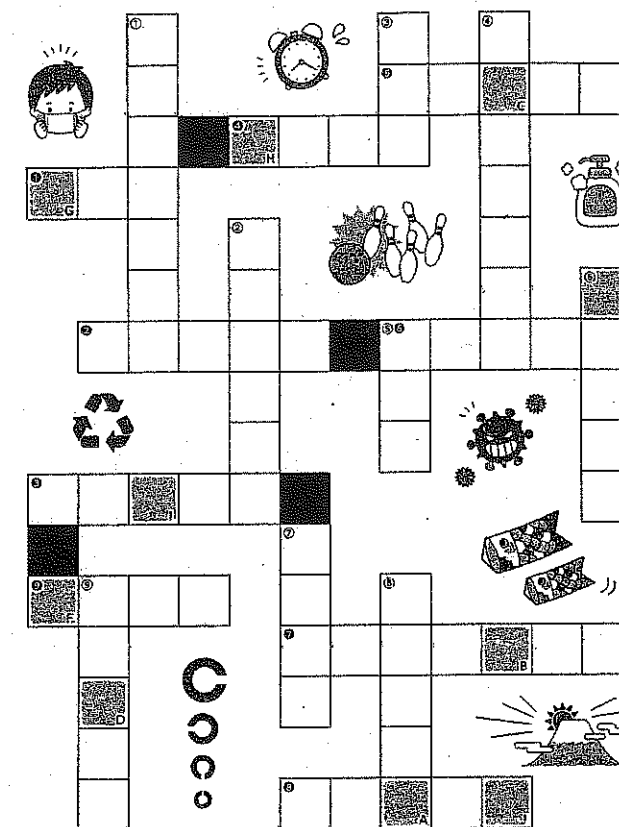
- 4 次のいずれかに当てはまる場合、藤沢コロナ受診相談センターにご相談ください。

・味覚・嗅覚障害、強いだるさなどがある・新型コロナウイルス感染症の濃厚接触者など
藤沢コロナ受診相談センター 50-8200(毎日 9:00~21:00)

- 5 (1) 医療機関を受診している場合は、医師の指示に従いますので、学校にご連絡ください。
- (2) 医療機関を受診していない場合は、症状がなくなった日から登校可としますので、学校にご連絡ください。
- 6 出席停止の対象となる風邪症状と区別するため、日常からアレルギー性鼻炎や喘息等による咳がみられる場合は、健康調査票のメモ欄を利用するなどして、事前に学校に連絡してください。その際、できる限りかかりつけ医に登校の可否について電話で相談し、その結果を学校に連絡してください。
- 7 お子様の様で健康面以外にも気になることやご心配の点がございましたら、遠慮なく学校まで相談してください。

クイズ

クロスワードパズルを解こう



- ① クリスマスの日にプレゼントをくれるおじいさん
- ② ボールでレシーブ、トス、スパイクをするスポーツ
- ③ 朝、起きられなくて〇〇〇しちゃって間に合わなかった…
- ④ 目がどれくらい見えているかを測る検査
- ⑤ ここ数年、世界中で流行っている感染症。新型〇〇〇
- ⑥ 北極の反対側
- ⑦ 家に帰ってきたら、必ずうがいと〇〇〇〇をしよう
- ⑧ 5月5日は何の日？
- ⑨ ガラスの靴、カボチャの馬車、24時で魔法が切れる。がキーワード。お姫様の童話

- ① 出かけるときは感染症予防のために〇〇〇をつけよう
- ② お風呂場を英語で表すと？
- ③ 再生利用のことを英語で表すと？
- ④ 大豆を発酵させた、糸をひく、においがする食べ物
- ⑤ 大きくて重い球を転がして10本のピンを倒す競技
- ⑥ 道と道が交わったところ。横断歩道や信号があるところも
- ⑦ 目の検査で使う、黒くて丸くて切れ目のある記号イラスト
- ⑧ 1月1日の日の出
- ⑨ 夜遅くに食べる食事

解答

A～**J**の文字をつなげて読むと…？



クイズ

同様にイベントをみる可也

けがにきをつけて
すいみんたいせつ
のこさずたべよう
てあらいとうがい
みんなでなかよし
じゅんぴうんどろ
あさごはんだいじ
えいようばらんす

けがにきをつけて
すいみんたいせつ
のこさずたべよう
てあらいうがい
みんなでなかよし
じゅんぴうんどう
あさごはんだいじ
えいようばらんす

いろんな言葉が並んだ2つの文章。立体視で見ると、カラダに関係のある大切なイベントの名前が出るよ。ちょっと難しかったかもしれないけど、チャレンジしてみてね。

やりかた

立体視が難しければ自分に合ったヨソをネットで調べてみよう!

- ① 2つの文章を30センチくらい離れた位置から見る。
- ② 少し「寄り目」にして、画面上部の3つの点が2つ（または5つ）に見えるようにする。画像と顔の中間地点に人差し指を立て、指先に焦点を合わせてもOK。
- ③ 画面上部の3つの点が2つ（または5つ）に見えるまで続けて、見えたらその状態をキープ。1行に1文字ずつ文字が浮かぶ（またはへこむ）よ。

圖 1

浮かんだ（へこんだ）
文字を上から
つなげて読むと…？