

4月号

あおぞら

令和5年度、新しい学年がスタートしました。

生徒の皆さんは、新しい環境に心も体も緊張していることでしょう。でも、あなただけではありません。ゆっくり深呼吸して、あわてず少しずつ慣れていきましょう。

「保健だより」は健康診断などの行事や身体と健康についてお知らせしていきますので、よく読んで、今年度も元気いっぱい学校生活を送りましょう。



健康診断がはじまります

4月から7月にかけて健康診断を行います。「毎年、毎年のくり返し…」なんて思わないでくださいね。健康診断は、“自分はどのくらい成長したか、病気はしていないか”など、自分の体をよく知って、もっと元気に過ごすためにはどうしたらよいかを考える大切なチャンスです。

色覚検査は2年生対象に実施するか調査をし、希望者のみに実施することになっています。他学年でも検査の希望がありましたら、お申し出ください。



(4月の予定)

13 (木)	1・3年 身体測定	21 (金)	尿検査① (28 (金) 予備日)
14 (金)	2年 身体測定		(↑21 (金) の提出が必須です!)
17 (月)	ひまわり 身体測定	25 (火)	耳鼻科検診 (全学年) 8:50~
20 (木)	眼科検診 (全学年) 9:00~	26 (水)	心臓検診 (1年) 9:20~

- 定期健康診断日程表を見て準備をしましょう。検診の前日は、髪を洗い、からだを清潔にしましょう。
- 学校医さんの検診日には欠席しないようにしましょう。後日、個人で学校医さんのところまで行って受けるようになります。
- 治療や精密検査が必要な場合は、すみやかに専門医に相談し、治療してください。

寄付のお願い

保健室では、生徒ヘジャージ(上下)や体育着、短パン、白い靴下、制服の貸し出しを行っています。ただ、在庫が減少しています。そこでいらなくなった物がありましたら寄付をお願いします。

*特に、**ジャージ上**・**ネクタイ**が不足しています・・・

3月末にジャージ類、制服類をたくさん寄付していただきました。大変助かります。

ありがとうございました。

出席停止について

下記のような病気（学校感染症）にかかったときは「出席停止」となります。かかりつけ医に連絡し受診の必要の有無を相談してから受診してください。学校から「登校届」をお渡ししますので、医師からの指示を**保護者の方が「登校届」に記入**し、治って登校する際に本人に持たせてください。※「登校届」は学校ホームページよりダウンロードできます。

<学校感染症>

インフルエンザ・百日咳・麻疹（はしか）・流行性耳下腺炎（おたふく）・風疹（三日ばしか）・水痘（水ぼうそう）・咽頭結膜熱（プール熱）・結核・髄膜炎菌性髄膜炎・流行性角結膜炎（はやり目）・急性出血性結膜炎・溶連菌感染症・感染性胃腸炎・マイコプラズマ感染症・手足口病・伝染性紅斑（リンゴ病）・ヘルパンギーナ・腸管出血性大腸菌感染症・新型コロナウイルス感染症

新型コロナウイルス関連の出席停止

- ① 本人・同居の家族が感染又はPCR検査を受けた場合 → **早急に学校に連絡してください。**
- ② 本人・同居の家族に感染の疑いの症状がある場合 など

※濃厚接触者・本人感染後の登校は病院・保健所の指示に従ってください。

※新型コロナウイルスはR5年5月8日から5類感染症に移行予定(季節性インフルエンザと同等)対応についてはその都度、連絡させていただきます。

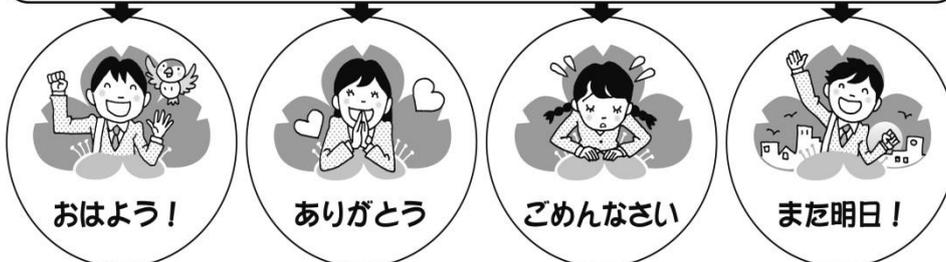
保健室利用時の約束

- 急病やけが以外は休み時間に利用しましょう。もし授業中に利用する時は、授業の先生にことわってから、保健委員が付き添ってください。休み時間に来室する場合は保健委員か友達に伝えてください。
- 保健室は、けがや病気の救急処置を行います。**保健室での休養は1時間をめやす**とし、回復しないときは早退します。保健室は応急手当や一時的な休養の場であるため内服薬はあてていません。
その日の学校で起こったけがについて**応急処置**を行います。その後の治療はご家庭で行ってください。
- 心や身体の健康について相談を行います。
保健室で話したいと思ったらどんなことでも話しに来てください。
- 保健室では静かにしましょう。具合が悪くて休養している人もいます。



新しいクラスの雰囲気にとどきどきしているあなたに、まず元気な声であいさつすることをおすすめします。毎日笑顔であいさつしているうちにいつの間にか 友だちになれますよ。

あいさつは、友だちづくりの第一歩



<志木市歯と口腔の健康づくり推進条例>

給食後に「はみがき」しませんか？

みがいた後のスッキリ感を知ると、毎日歯みがきしたくなると思います。学校に歯みがきセットを持ってきましょう。
コロナ予防しながら歯みがきをしよう！

