



さいたま市立東宮下小学校保健室 令和6年5月2日 発行

新学年になって約1 か月がたちました。疲れはたまっていませんか？この時期は、「五月病」という言葉があるくらい、多くの人が体調を崩しやすい時期です。全然大丈夫！と思っている人も、周りの環境が変わって、知らず知らずのうちに疲れがたまっているかもしれません。

もし疲れたなあと思っている人がいたら、無理をせず、おうちの人や先生に相談してくださいね😊



4月のほけんだよりでもお知らせしたとおり、健康診断が始まっています。

受診のおすすめの紙をもらった人は、おうちの人と早めに病院に行き診てもらってくださいね。

※裏面に、視力と眼科の疾病通知についての注意事項を載せました。ご確認ください。

～5月の健康診断の予定～

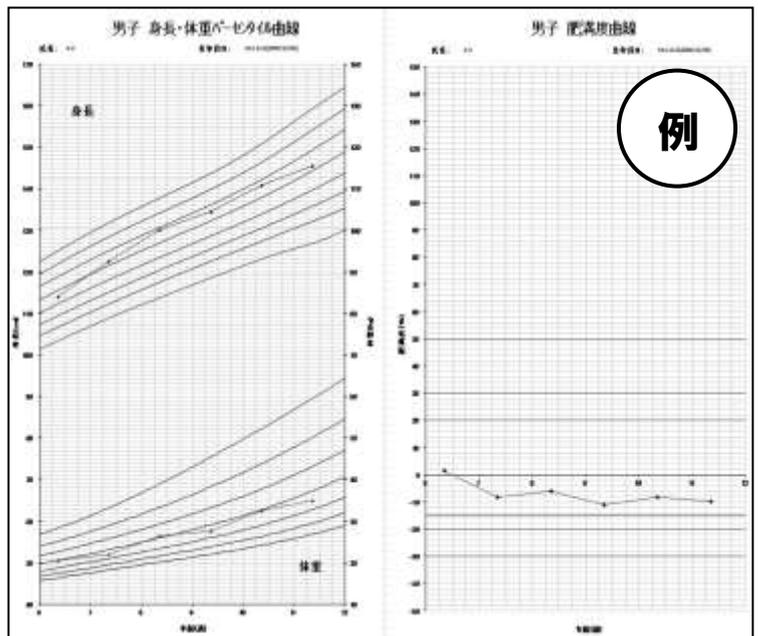
- | | |
|---------------|----------------|
| 5月14日(火)…内科検診 | 5月16日(木)…歯科健診 |
| 5月23日(木)…眼科検診 | 5月29日(水)…尿検査2次 |

～成長曲線についてのお知らせ～

日本学校保健会推薦の「子供の健康管理プログラム」を活用して、発育測定の結果をまとめています。そこで、特に心配な結果となった場合のみ、保健室からお知らせを配布させていただきます。

あくまでも統計的な判定のため、問題があるわけではなく、心配なく成長していることが大半ですが、まれに病気が隠れていることもあります。

お子様の成長を一緒に見守っていきたくと考えておりますので、お知らせを受け取った際は、ご確認をよろしくお願いたします。



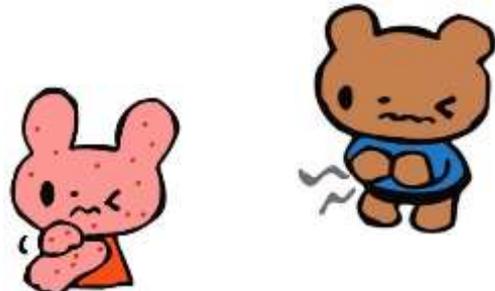
うらもあります

かんせんしょう 感染症について



以下の疾病にかかった場合、学校保健安全法に基づき出席停止となります。欠席扱いになりませんので、医師の診断を受けましたら速やかに学校へ連絡してください。治ゆ後の登校については、必ず医師の指示に従ってください。

※新型コロナウイルス感染症については、同居家族が罹患した場合や発熱した場合、濃厚接触者となった場合は、出席停止となりますので、必ず担任または養護教諭までご連絡ください。

かかりやすい疾病名	法令で定められた出席停止期間 * 病状により医師の指示に従ってください
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(幼児は3日)を経過するまで
麻疹(はしか)	解熱後3日を経過するまで
流行性耳下腺炎(おたふく)	耳下腺、顎下腺また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(みずぼうそう)	全ての発疹が痂痂化するまで
咽頭結膜熱(プール熱)	主要症状が消退した後2日を経過するまで
新型コロナウイルス感染症 流行性角結膜炎(はやりめ) 急性出血性結膜炎 溶連菌感染症 感染性胃腸炎(ウイルス性胃腸炎) マイコプラズマ感染症 伝染性紅斑 ヘルパンギーナ、手足口病	医師において、病状により感染のおそれがないと認めるまで 



「疾病通知」をもらった人は、なるべく早く専門のお医者さんに診てもらいましょう。「疾病通知」をもらわなかった人は、異常なしです。
 ※先日視力検査を行いました。眼科受診が1度で済むよう、5月23日(木)の眼科検診の結果とあわせて疾病通知を配布したいと思います。
 現在、視力の低下で日常生活に支障をきたしている場合は、疾病通知が出る前に眼科を受診しても構いませんので、その旨を学校までご連絡下さい。

【ほけんしつ日記】

4月は多くの健康診断があり、みなさんとたくさんお会いしました。自分から名前や、「お願いします」「ありがとうございました」を言える人が多く、素敵だなと思いました。これからもぜひ続けてください。みなさんとの学校生活を、毎日楽しみに過ごしています。5月も元気な姿をぜひたくさん見せてください。