

保健関係について

就学時健康診断では大変お世話になりました。健診の結果、治療の勧めのあった方や、体調面で心配のある方は、入学前に専門医の診断を受けておいてください。



1 健康診断について

身体計測（身長・体重）※年2回4月・9月測定・視力検査・聴力検査・内科検診・結核検診・運動器検診（次項「練習のお願い」参照）・耳鼻科検診・眼科検診・歯科検診・学校心臓検診・腎臓検診（尿検査）

○健康診断は原則1学期に行います。学校での健康診断の結果、専門医の受診が必要な時は、御家庭にお知らせいたしますので、早期受診をお願いします。専門医受診の結果は、担任までお知らせください。

2 日本スポーツ振興センター(災害共済給付制度)への加入について

○学校管理下で発生した負傷について、医療機関で治療を受けた場合、医療費が支給される制度です。

本校では、全員加入をしていただいております。(別紙:「災害共済給付制度のご案内」参照)

○掛金は学校集金の中の教材費から支出します。(昨年度の掛金一人460円)

3 感染症等について

注:流行状況により、対応が随時変更される可能性もあります。

○学校感染症にかかった場合は、医師の許可がでるまで出席停止となり、欠席扱いにはなりません。

○登校再開時は、感染症の種類により医師記入の「意見書」、または保護者記入の「登校届」を、担任まで提出してください。(※新型コロナウイルスとインフルエンザについては、保護者記入の「登校届」の提出をお願いしています。)

◆意見書(医師記入)対応の感染症の例

麻疹(はしか)・風しん・水痘(水ぼうそう)・流行性耳下腺炎(おたふくかぜ)・結核・百日咳・咽頭結膜熱(プール熱)・流行性角結膜炎・腸管出血性大腸菌感染症(O157等)・急性出血性結膜炎 等

◇登校届(保護者記入)対応の感染症の例

溶連菌感染症・手足口病・伝染性紅斑(りんご病)・ウイルス性胃腸炎(ノロ・ロタ・アデノウイルス等)・ヘルパンギーナ・RSウイルス感染症・带状疱疹しん・突発性発しん・インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症・マイコプラズマ感染症 等

※「意見書」は基本医療機関から出されます。「登校届」は日光市のHP(学校教育)または、本校HP(各種様式)にも掲載されておりますので、必要に応じてダウンロードしてご利用ください。

○予防接種に未接種のある方は、専門医と相談の上、入学前に接種を済ませておいてください。★特にMR

○感染症予防の基本は「石けん手洗い」です。御家庭においても習慣化してください。清潔なハンカチの持参をお願いします。ポケットティッシュ類を使用する場合は、その衛生についても御配慮ください。

○水分補給用の水筒持参は、通年持参で御協力をお願いしています。中身は原則、水・無糖のお茶等です。(夏季はスポーツドリンク類も可)

4 登校前の健康観察について

○感染症の疑いはないか・・・発熱(原則37.5℃以上)や咳・のどの痛み・だるさ・頭痛・腹痛 等

・寝起きの様子・・・すっきり起きられたか。いつもと変わった様子はないか。

・顔色、食欲の様子・・・朝食を食べられたか。皮膚の様子・・・湿疹、肌色の変化はないか。

心配な様子がある場合は必ず検温し、発熱(原則37.5℃以上)がある場合は、登校はお控えください。

○いつもと違うと思われたら・・・

・熱がなくても、具合の悪い時は無理をせず、学校はお休みし、御家庭で様子をみてください。

・欠席、遅刻、早退等の場合の学校への連絡は、原則「メール配信システム」の利用をお願いしています。

・体調が悪く、学習を受けられない時や、けがの症状によっては家庭に連絡し、お迎えをお願いしています。必ず迎えに来られる保護者の方の連絡先を、できれば複数お知らせください。

保護者の方へ

四肢の状態の検査（運動器検診）練習のお願い

近年、子どもたちの運動不足による体力・運動能力の低下と運動過多によるスポーツ障害の二極化が問題になっています。運動器検診は、成長発達の過程にある子どもの脊柱・胸郭・四肢・骨・関節の疾病及び異常を早期発見し、心身の成長・発達と生涯にわたる健康づくりに結びつけることを目的に行います。

つきましては、新年度に行う保健調査に、運動器に関連する項目がありますので、検査の仕方を事前に御家庭で練習していただき、調査の準備をしてください。

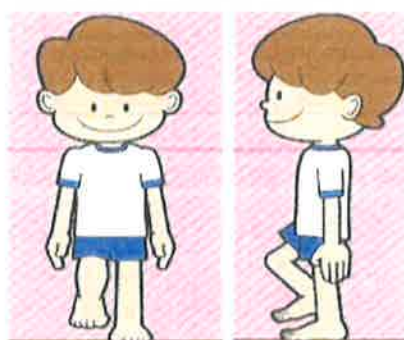
なお、下記に映像で見ることができるライトのアドレスを載せておきましたので参考にしてください。

①片脚で立つ練習

（身体のバランス等の検査）

- 1 片脚ずつ行いましょう。
- 2 膝は直角になるまで上げましょう。

片脚立ちが5秒以上できますか？

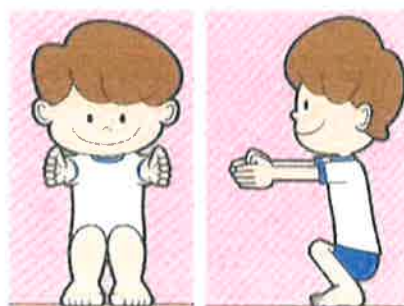


②しゃがみこみの練習

（下肢のかたさ等の検査）

- 1 足は肩幅にひらきます。
- 2 足の裏は全部床につけます。
- 3 腕は前に伸ばしたまま行います。

足のうらは全部床につけて、完全にしゃがみこむことはできますか？



くり返し練習することで、
できるようになることもあります

※これらの動作ができないと、ケガをしやすかったり、發育性股関節形成不全・ペルテス病・大腿骨頭すべり症などの運動器疾患が隠れていたりする可能性もあります。

※参考動画サイト jcoa 作成 アニメ版・運動器検診マニュアル＆マニュアル対応体操
<https://m.youtube.com/watch?v=mek-XLUjK2A>