

学校保健について

～「学校、たのしい！」を支える～

大道小学校 子どもたちの様子

① おし歯、低視力の子 →未受診が多く、治療が進まない。

●おし歯あり：69人（受診率 27.8%） 視力 1.0 以下：96人（受診率 22.9%）

② 基本的な生活リズムが身についていない。（朝食欠食、睡眠時間が短い）

32%



睡眠 8 時間未満の子

90%



毎朝、ごはん食べる子

(R6 新体カテストアンケート結果より)

1. 5つの生活習慣を整えましょう

(1) 決まった睡眠のリズムを！（就寝 21 時、起床 6 時 30 分、睡眠時間 9～10 時間）

ぐっすり眠れる環境をつくってあげましょう。

●寝る 1 時間前は、NO ゲーム、NO スマホ、NO テレビ

●部屋を暗くする

睡眠の働き

- 1, 脳と体を休め、回復させる。
- 2, 脳を育て、体を成長させる。
- 3, 記憶を定着させる。



「子どもの睡眠は絶対に削ってはいけない。睡眠は、脳を創りその働きを育て、機能を守っている。」
小児科医：三池輝久先

(2) 朝ごはんをしっかり食べる！

朝ごはんは体温を上げ、脳が活発に働くエネルギー源です。

特に、炭水化物（ご飯、パン、麺類）が午前中の集中力を支えます。



(3) 食べたらみがく！（歯みがき）

夜、寝る前の仕上げみがきは親子のコミュニケーション（3, 4 年生まで）

(4) 手をいつも清潔に！（ていねいな手洗い、ハンカチ持参、つめ短く）

感染症予防は手指の清潔から。

(5) 登校前の排便！（1 日 1 回の排便）

朝ごはん後のトイレタイムを確保しましょう。



2. 病気の治療は早めに済ませましょう！

就学時健康診断の結果、治療や再検査を勧められたお子さんは、入学までに治療や検査を済ませてください。お子さんが心身共に健康な状態で入学できるようにしましょう。特に、むし歯の治療は、時間がかかりますので早めの受診をお願いします。

3. 登校前の朝の健康観察について

登校前の健康観察は、お子さんとのふれあいタイム「見て、触って、声かけて!」。いつもと様子が違う時は、体温を測り体調をよく見てあげてください。

不調がある場合は無理をさせず、お休みさせてください。入学当初は学校に慣れず「心因性」の体調不良や行き渋りをする場合があります。その場合は、どうぞ学校へご相談ください。お子さんが気持ちよく登校できるようサポートします。



健康観察の主なチェックポイント

- | | |
|--------------|-----------------|
| ① 顔色は良いか？ | ④ 頭痛・腹痛は訴えてないか？ |
| ② 食欲はあるか？ | ⑤ 熱や咳はないか？ |
| ③ 夜、熟睡していたか？ | ⑥ 便秘、下痢はないか？ |

4. 欠席届について

学校をお休みする場合は、8時15分までに必ず連絡をください。

欠席届は、tetoru(テトル)保護者連絡サービス連絡アプリを使用します。

電話の場合8:00~17:00までに、それ以外は留守番電話での対応となります。

その際は、音声案内に従って、メッセージを残してください。

5. 学校での病気・けがの対応について



- ① 保健室での休養は、原則として1時間を目安としています。
発熱、または発熱がなくても回復の兆しが見られない場合は、保護者へ連絡しお迎えをお願いします。
安全面から、お子さんを一人で帰すことはできません。ご了承ください。
- ② 保健室では内服薬は使いません。アレルギー等の事故を防ぐためです。
- ③ 保健室でのけがの手当ては、原則、学校管理下（登校から下校まで）の当日のけがのみです。家庭や部活でのけがは、ご家庭で手当てをお願いします。
- ④ 病院受診が必要と思われるけがの場合は、保護者へ連絡し、受診をお願いします。急を要する場合は、学校職員が付き添って救急搬送する場合があります。
- ⑤ 学校へは、確実に連絡のとれる連絡先を知らせておいてください。

6. 学校感染症と出席停止について

学校感染症にかかった時は、本人の早期の回復と他の児童への感染を予防する目的から、学校保健安全法により出席停止になります。欠席扱いにはなりません。

学校感染症と診断されたら、治療休養し、完全に治癒してから登校させてください。

登校の際は、提出する書類があります。感染症の種類によって様式が異なりますので学校にお問い合わせください。併せて、医療機関を受診したことがわかる書類の写し（診療報酬明細書、処方箋、お薬の説明書等）も提出ください。

	病 名	出席停止期間
第一種	エボラ出血熱、クリミア・コンゴ出血熱、痘そう、南米出血熱、ペスト、ラッサ熱、マールブルグ病、急性灰白髄炎、ジフテリア、重症急性呼吸器症候群	治癒するまで *左記以外に「感染症の予防及び感染症の患者に対する医療に関する法律」第六条第七項から第九項までに規定する「新型インフルエンザ感染症」、「指定感染症」及び「新感染症」は、第一種の感染症とみなす。
第二種	インフルエンザ (鳥インフルエンザH5N1を除く)	発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日を経過するまで
	百日咳	特有の咳が消退するまで、又は5日間の適正な抗菌性物質製剤による治療が終了するまで
	麻疹(はしか)	解熱した後3日を経過するまで
	風疹(三日はしか)	発疹が消失するまで
	流行性耳下腺炎(おたふくかぜ)	耳下腺、顎下腺又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
	水痘(水ぼうそう)	すべての発疹が痂皮化(かさぶた)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
第三種	結核	
第三種	腸管出血性大腸菌感染症、流行性角結膜炎、急性出血性結膜炎、その他の感染症(マイコプラズマ感染症、溶連菌感染症、りんご病等含む)	症状により医師によって、感染のおそれがないと認められるまで

7. 心臓疾患、腎臓疾患、糖尿病、アレルギー疾患のあるお子さんについて

てんかん発作、心臓疾患、腎臓疾患、糖尿病等の慢性疾患またはアレルギー疾患やその他学校生活において特に配慮や管理が必要な疾患をお持ちのお子さんには主治医記入の「学校生活管理指導表」または「診断書」の提出をお願いしています。お子さんが該当する場合は、入学前に1年担任または養護教諭までご連絡ください。

特に、食物アレルギーのあるお子さんで、給食の対応(卵除去食、弁当持参など)が必要な場合は、「学校生活管理指導表」に加え「食物アレルギー対応実施申請書」を提出が必要です。その後、検討委員会を実施しますので、早めにご連絡ください。

8. 災害給付制度について（独立行政法人日本スポーツ振興センター）

- 学校管理下（登校から下校まで）で起こったケガで、病院で治療を受けた場合に治療費が給付される制度です。（対象：ケガの発生から2年以内の申出）
- 1年生で災害共済給付制度の加入同意書をいただき、以後、自動継続となります。
子ども医療助成制度、母子及び父子家庭等医療助成制度は利用できません。
大道小学校では全児童の加入をお願いしています。



- ① 保険診療で500点（1,500円）以上かかった場合に、給付対象となります。
 - ② 国と市教委、保護者の三者負担による互助共済制度です（保護者負担金270円）。
 - ③ 申請に必要な書類は、保健室で準備しています。学級担任または養護教諭へお声かけください。
 - ④ 給付金が支払われるまでに最短で3～4ヵ月かかります。
- ※ 登下校時にも適応されますが、通常の通学路を徒歩で通ることが前提です。
入学前に、お子さんと通学路の確認をし、寄り道をしないように話して下さい。

9. 定期健康診断について

学校では、学校保健安全法に基づき毎年4月から6月にかけて健康診断を行います。

・身体測定（身長・体重） ・尿・ぎょう虫検査 ・視力検査 ・歯科検診
・聴力検査 ・内科健診（結核健診） ・心電図検査（心臓病健診）

- ※ 学校保健安全法施行規則の一部改正に伴い、平成28年4月1日より「寄生虫卵有無の検査」が削除されましたが、那覇市ではぎょう虫の検出率が高い地域特性を鑑み、引き続き検査を実施します。
- ※ 小学校での健診は「スクリーニング検査（ふるい分け検査）」です。
子ども達が学校で勉強を続けていくのに不都合がないかどうかを指摘するもので結果によっては、「精密検査」「再検査」をお願いすることもあります。診断を下すものではありませんのでご了承ください。



定期健康診断に必要な諸調査票を同封しております。
記入漏れがないようにし、入学式に提出をしてください。

- ★ 保健調査票（A3サイズ二つ折り）
- ★ 心臓病調査票（心電図検査で必要です）

こころとからだの健康面ことで気になること、相談したいことがありましたら遠慮なくお声かけください。お子さんの笑顔いっぱい・元気いっぱいの入学を心よりお待ちしております。