

4 学校保健について

(1) 保健室

児童の健康づくりのお手伝いや指導、また、具合の悪くなった児童やけがをした児童の応急手当など、心身共に健やかに成長しているかを見守る場です。

①けが、病気は応急手当の範囲です。

- ・ご家庭や帰宅後の活動で負傷したけが、継続的に処置が必要なけがは、ご家庭もしくは病院でお願いします。
- ・保健室での休養は原則として1時間です。熱があるなど体調が悪く、休養や医師の手当てが必要な場合は、保護者の方に迎えに来ていただきます。
- ・病院での手当てを要しないと判断したけがでも、担任から連絡をする場合があります。

②緊急連絡先をはっきりと知らせておいてください。

- ・入学時にご提出いただく「保健調査票」に、緊急連絡先をご記入いただく欄があります。緊急時に必ず連絡が取れるように、ご記入ください。また、長時間外出する場合は、児童に外出先を知らせておいてください。

③おもらしなどで下着を汚した際は、保健室にある未使用の下着を着用させます。代わりに、ご家庭で新しい下着（同じサイズのもの）を用意し、保健室にお返してください。

(2) 朝の健康観察

1日の始まりである朝は、その日1日を元気に過ごすことができるかどうかの基準になります。登校前、お子さんの様子を見てください。（顔色、食欲、排便の様子など）いつもと様子が違うようであれば、検温するなどして登校させて大丈夫かご判断してください。発熱、咳、全身倦怠感などの症状がある場合は、ご自宅での療養をお願いします。

(3) 基本的生活習慣

毎日の生活を健康で気持ちよく過ごすためには、規則正しい生活を送ることが大切です。食事、睡眠、排便といった基本的生活習慣の乱れは心身の健康のバランスを崩します。早起き・早寝、朝ご飯、そして、排便の習慣がつくようお願いします。

子供自ら、自分の体のことを考え、自分の生活のリズムを確立できるようにしたいものです。しかし、最初は大人の手助けが必要となります。**子供のリズムに合わせた生活**を送ることも考えたいものです。

① 食事

成長期の子供にとって、1日3回の食事はとても大切です。特に、朝食は午前中のエネルギーの源であり、また、大脳や内臓に刺激を与える役割をします。

朝から「元気がない、ぼうつとしている、気分が悪い」と訴えてくるお子さんの中には朝食を抜いたり、朝食の量が足りていなかったりする場合があります。**しっかり朝食をとってから登校**させるようにしてください。

② 睡眠

1日の疲れをとり、明日への活力を生み出します。睡眠不足は、頭痛や気分不良をおこすと共に、抵抗力を弱め病気にかかりやすくなります。また、起床が遅いと、朝食や排便などの朝の生活リズムが乱れます。**十分な睡眠時間を確保できる環境づくり**をお願いします。

③ 排便

便秘は、腹痛や気分不良のもとになります。食後は腸が活発になり、排便しやすくなっています。朝食の後、**ゆっくりとトイレに入れる時間を確保**できるようにし、排便の習慣付けをお願いします。

④ 伸びた爪は、けがの原因になります。定期的に切る習慣を付けましょう。

（４） 保健行事

①定期健康診断

内科健診 耳鼻科健診 眼科健診 歯科健診 視力検査 聴力検査 身体計測
結核健診 心臓健診 腎臓検査（尿検査）（検査項目は、学年により異なります。）

②結果の通知方法

- ・ 歯科・・・健診結果のお知らせを全員に用紙で通知します。
- ・ 歯科以外・・・健康診断の結果、受診を勧める場合のみ、用紙にて通知します。
健康診断全項目終了後、全結果をまとめて報告します。

（５） 学校感染症と出席停止

学校保健安全法により、感染症の蔓延を防ぐ為に『出席停止』扱いがあります。出席停止の対象となるのは、次の伝染病です。かかった場合は必ず学校へ連絡してください。

治って医師から登校の許可がおりましたら、「出席停止解除届け」（P10別紙1）を保護者の方が記入して、登校時に学校へ提出してください。用紙は学校のホームページから印刷できます。印刷できない場合は、担任へご連絡ください。

◎学校感染症と出席停止期間

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、南米出血熱、ペスト、マールブルグ病、ラッサ熱、急性灰白髄炎（ポリオ）ジフテリア、重症急性呼吸器症候群（SARSコロナウイルス）、中東呼吸器症候群、特定鳥インフルエンザ
第二種	新型コロナウイルス感染症
	インフルエンザ
	百日咳
	麻疹（はしか）
	流行性耳下腺炎（おたふく風邪）
	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
第三種	コレラ、細菌性赤痢、腸管出血性大腸菌感染症、腸チフス、パラチフス、流行性角結膜炎、急性出血性結膜炎、その他の伝染病

溶連菌感染症やマイコプラズマ肺炎などは、第三種のその他の伝染病となります。病状により、医師が伝染のおそれがないと認めた時は、この限りではありません。出席停止は、主治医が伝染の可能性があると判断された場合となりますので、その際はお申し出ください。

（６） 学校生活管理指導表

下記の事柄で管理が必要な場合は、「学校生活管理指導表」の提出をお願いします。

①心臓病②腎臓病③その他（糖尿病など）④アレルギー疾患（食物、気管支喘息等）

提出までの流れ

- ・主治医に記載していただってください。（用紙は、学校にあります。）
- ・主治医により記載された「学校生活管理指導表」を基に、学校での学習活動について保護者と学校とで確認をします。
- ・書類は、一年に一回の提出になります。
- ・食物アレルギーにより給食で除去食を必要とされる場合は、３月１３日（木）までにご提出ください。（本日の説明会後に書類をお渡ししますので、お申し出ください。）（P13別紙2）入学式後、面談を行います。

（７） 独立行政法人 日本スポーツ振興センター

児童が「学校の管理下」で負傷した場合、児童対象の傷害保険より医療費が給付されます。学校の管理下とは、次の３つです。

- ①登校した時から下校するまでの全ての教育活動の時
- ②決まった通学路における登校、下校の時
- ③遠足、体育学習発表会などの学校行事の時

現在、北区子ども医療費助成制度は、「日本スポーツ振興センターの災害共済給付の対象になる医療費」を助成の範囲から除外しています。ただし、日本スポーツ振興センターの災害給付は、健康保険診療において自己負担する金額が、合計で1500円未満（診療報酬点数499点以下）は対象外となりますので、その場合は北区子ども医療費助成制度をご利用いただけます。

- ①支払う金額が、1500円以上の場合 →日本スポーツ振興センター給付を利用します。
保険証を使い、いったん支払いをしてください。（3割負担）
3～4ヶ月後、1割加算された4割が給付されます。

- ②支払う金額が、1500円未満の場合 →子ども医療費助成制度を利用します。

※医療機関にかかった場合は、学校から書類をお渡ししますので、お申し出ください。

※日本スポーツ振興センターと子ども医療費助成制度の重複受給はできません。

（８） その他

令和7年度の学校医（変更になる場合もあります）

内科	金高 太一 先生	おひさまクリニック
耳鼻科	北嶋 整 先生	耳鼻咽喉科北嶋医院
眼科	船木 繁雄 先生	船木眼科医院
歯科	※未定	※未定
薬剤師	岡村 聡 先生	北区薬剤師会

保 護 者 様

北区立十条小学校長

出席停止のお知らせ

お子さまが、学校保健安全法で定められている感染症に罹患したことを医師に診断された旨、連絡をいただきました。お体の具合はいかがでしょう。感染症に罹患した際は、児童の早期回復と他の児童への感染防止のため、出席停止措置となります。出席停止期間は、下記の通りです。他の児童に感染の心配がなくなるまで、自宅で療養してください。

登校の可否は、受診先の医師にご相談ください。

登校する際は、下の「出席停止解除届」に保護者の方が記入の上、切り取って、学校へ提出してください。

表 学校において予防すべき感染症の種類及び出席停止の期間の基準

新型コロナウイルス感染症	発症後5日を経過し、かつ、症状が軽快した後1日を経過するまで
インフルエンザ	発症後5日を経過し、かつ、解熱後2日を経過するまで
百日咳	特有の咳の消失、又は、5日間の適正な抗菌性物質製剤による治療終了まで
流行性耳下腺炎（おたふく）	耳下腺、顎下腺又は舌下腺の腫脹が発現後5日を経過し、かつ、全身状態が良好になるまで
麻疹（はしか）	解熱後3日経過するまで
風しん（三日ばしか）	発疹が消退するまで
水痘（みずぼうそう）	すべての発疹が痂皮化するまで
咽頭結膜熱（プール熱）	主要症状消退後、2日を経過するまで
結核、髄膜炎菌性髄膜炎、コレラ、細菌性赤痢、腸管出血性大腸菌感染症、腸チフス、パラチフス、流行性角結膜炎（はやり目）、急性出血性結膜炎	病状により学校医その他の医師において伝染のおそれがないと認めるまで
その他の伝染病 （ <u>医師が必要と認める場合に出席停止の対象になるもの</u> ） 溶連菌感染症、マイコプラズマ肺炎、感染性胃腸炎（ノロウイルス・ロタウイルス等）など	病状により学校医その他の医師において伝染のおそれがないと認めるまで

（切 り 取 り 線）

出席停止解除届

年 組 氏名	
疾患名	
発症日	年 月 日
医師の指示により登校してはいけない期間	月 日 ~ 月 日 まで
受診病院	

令和 年 月 日

保護者氏名

