

鏡原小学校 保健室  
令和8年4月17日(金)

# にゅうがく しんきゅう 入学・進級おめでとうございます

1年生のみなさん、入学おめでとうございます。2～6年生のみなさん、進級おめでとうございます。  
これから毎日、元気に勉強したり遊んだり、学校生活を楽しく過ごすために、次のことを心がけましょう。

①早寝早起きをする。



②朝ごはんを食べる。



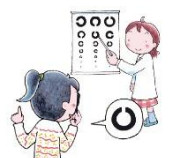
③トイレに行く。



④外遊びや運動をする。



## けんこうしんだん 健康診断がはじまりました



健康診断では、みなさんの健康状態を調べます。なぜ、健康診断をするのでしょうか？それは、からだの状態や成長の様子が変わるので、異常や病気を早くみつけたり、早くなおしたりできるからです。

また、自分のからだについて知ると、健康に興味が出てきたり、健康に生活するための目標がわかったりします。健康診断は、みなさんの健康のために大切なものです。きちんと受けましょう。

### ❀ 保健行事 ❀

日付	実施項目	対象学年
5月 7日(木)	内科検診	2・4・6年
5月 14日(木)	心電図検査	1年
5月 18日(月) 19日(火)	尿検査	全学年
5月 27日(水)	歯科検診	4・6年
5月 28日(木)	内科検診	1・3・5年
6月 17日(水)	歯科検診	1・2・3・5年

\*身体計測、視力・聴力検査の結果は後日配布します。

\*今年度より、ぎょう虫検査はありません。

せいけつにするのも



けんこうしんだん の 準備 です

### 学校医の先生を紹介します

学校医：下地 陽一先生 (城辺中央クリニック)

歯科医：方 肇靖 先生

(永和歯科医院)

薬剤師：砂川 裕美子先生

(宮古島市リハビリ温泉病院)



(今月の保健目標)

自分のからだを知ろう

# ほけんしつ 保健室はこんなところです



ケガの<sup>てあて</sup>手当をする



体調<sup>たいちよう</sup>が悪い<sup>わる</sup>時に<sup>とき</sup>休<sup>やす</sup>む



悩み<sup>なや</sup>を<sup>そうざん</sup>相談<sup>する</sup>する



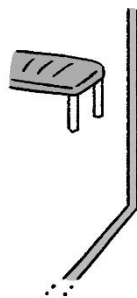
体<sup>からだ</sup>や心<sup>こころ</sup>について<sup>し</sup>知る

ほけんしつ  
保健室<sup>き</sup>に来<sup>きた</sup>ときは

- ★ がくねん 学年
- ★ クラス
- ★ なまえ 名前
- ★ しょうじょう 症状

などを  
おし  
教<sup>おし</sup>えて<sup>ください</sup>！

## ★ ほけんしつ<sup>りよう</sup>を利用<sup>する</sup>ときは ★



はい  
入<sup>はい</sup>るときはあいさつ<sup>をする</sup>をする



しず  
静<sup>しず</sup>かに<sup>すごす</sup>すごす



もの<sup>つか</sup>つか  
物<sup>つか</sup>を使う<sup>ときは</sup>ときは先生<sup>せんせい</sup>に<sup>こえ</sup>声を<sup>かける</sup>かける

## 保護者のみなさまへ

### ○学校感染症における「出席停止」について

学校保健安全法において、下記の感染症にかかった場合は、「出席停止」となります。

医師の診断を受けたら、必ず学校へ連絡下さい。TEL72-3146 鏡原小

登校については、出席停止期間の目安を確認し、医師の指示にしたがってください。

## 学校感染症 出席停止期間の目安(第2種のみ)

<p><b>インフルエンザ</b></p> <p>発症 → 解熱</p> <p>発症後5日を経過し、かつ、解熱後2日(幼児は3日)を経過するまで</p> <p>2日 3日</p>	<p><b>新型コロナウイルス感染症</b></p> <p>発症 → 症状軽快</p> <p>発症後5日を経過し、かつ、症状軽快後1日を経過するまで</p> <p>1日</p>	<p><b>麻疹</b></p> <p>3日</p> <p>解熱後3日を経過するまで</p>	<p><b>風しん</b></p> <p>発疹が消失するまで</p>
<p><b>水痘</b></p> <p>すべての発疹が痂皮化(かさぶた)するまで</p>	<p><b>流行性耳下腺炎</b></p> <p>耳やあごの下、舌の腫れが出た後5日を経過し、かつ全身症状が良好になるまで</p>	<p><b>咽頭結膜熱</b></p> <p>主要症状消退後2日を経過するまで</p>	<p><b>百日咳</b></p> <p>特有の咳が消失するまで(または適正な抗菌薬療法を終了するまで)</p>

0日目 2日 かつ 1日 発症日は0日目として、翌日から1日目と数えます

(今月の保健目標)

自分のからだを知ろう