

# 健やか

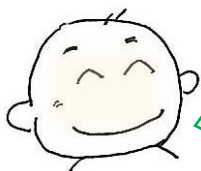
No. 1

2024年4月8日  
熊石中学校 保健室 (石井)

☆ 令和6年度 熊石中学校の始まりです。



今年1年、保健室を預るのは、養護教諭の石井美香です。熊石中学校4年めです。みなさんを健康面からサポートしていきます。どうぞよろしくお願ひいたします!



新しい教科書が配られたり、学級組織が決まったり... 「始まったな〜!」って感じがする。目標を決めるとき「この1年、がんばるぞ〜!」って思う!

その通り! 子どもだけでなく、大人もわくわくする新学期! 一で、大切なのは、ここから\*です。



## あれも これも

そのがんばりを支えるものは...

## 健康

\* 自分の体調を整えられることで、日々を大切に暮らし、「わくわく」する気持ちを支えてくれます。

お歯、なおした 朝ごはんちゃんと食べた  
きもちよく汗をかいた あっさり目ごめた ほとほと...  
実相であっけつできた

あなたは自分の心と体を整えるのに必要なことを知ってる?  
あなたの大切な感覚をときどきさせて、あなたのがんばりを支える体を作っていきましょう。

【保護者の方と一緒に読んで下さい】

## 保健室での休養・早退など

- ☆ 体調が悪くなったとき、保健室で休養する場合があります。
  - 体調をみながら、1時間程度休養します。
  - \* 内服薬(のみ薬)はだしません。
- ☆ 以下の場合、早退となります。保護者の方へ連絡いたします。お迎えをお願いします。
  - \* 体調が改善しないとき
  - \* 発熱(37.5℃以上を目安に)しているとき
  - \* ケガの状態がひどいとき

## 出席停止と感染症

- ☆ 感染症にかかったときは、重症化予防と感染拡大防止のため、「出席停止」となります。
- 例) インフルエンザ、麻疹(はしか)、水痘(水ぼうそう)、新型コロナウイルス感染症 など
- \* 病院で診断されましたら、学校まで連絡して下さい。

## 日本スポーツ振興センター

- ☆ 学校管理下でのケガや熱中症、食中毒などに対して日本スポーツ振興センターより「災害給付金」が支払われます。
  - ▶ 文書を配布しております。裏面も含めて、必ず目を通して下さい。
  - ! 学校の管理下とは... 授業中、登下校中、部活動中、校外学習、学校行事などのことです。
  - ! 給付金の対象... 学校管理下のケガ、食中毒、熱中症などで病院を受診したとき。
  - ! 受診しましたら、必ず、学校へ連絡いただきたいと思います。
  - ▶ 負担金550円は後日改めてご案内させていただきます。