



## ご入学ご進級、おめでとうございます

今年（ことし）の1年生（いっしゅうせい）は17名、全校児童（けいこうじやう）142名となつて平成30年度（へいせいねんどう）がスタートしました。今年（ことし）も少し児童数（じやうすう）が減（へ）りました。人数（にんずう）としては毎年（まいとし）さびしくなつていきますが、みんなのパワー（ぱわー）で、それを感じ（かん）させない明る（あか）く楽しい（たの）青郷小学校（せいこうしょうがっこう）にしていきたいと思います。

保健室（ほけんしつ）の先生（せんせい）は今年（ことし）も田淵（たぶち）先生（せんせい）です。みんなが心（こころ）もからだも健康（けんこう）ですごせるよう、いっしょ（いっしょ）に考え（かんが）えたり、お手伝（おてづか）いしたりしていきたく（いきたく）と思います。一年間（いちねんかん）よろしくお願（ねが）いします。



## 「早ね早起朝ごはん」で生活リズムを整えよう！

1年生（いっしゅうせい）でなくても新しい学年（あたら）の最初（さいしょ）は、からだも心（こころ）も、気づか（き）ないうち（うち）につか（つか）れるもの（もの）です。このから（こ）だ（だ）と心（こころ）（脳（のう））のつか（つか）れをと（と）るには何（なに）よりも十分（じゅうぶん）なすいみん（すいみん）が必要（ひつよう）です。また、すいみん（すいみん）中（ちゆう）に出（い）る成長（せいちやう）ホルモ（ホルモ）ン（ン）がから（か）だ（だ）を成（せい）長（ちやう）さ（さ）せま（ま）す。ね（ね）る時（じ）刻（こく）の目（め）標（ひょう）は、低（てい）学（がく）年（ねん）は9時（じゅう）時（じ）、中（ちゆう）学（がく）年（ねん）は9時（じゅう）半（はん）、高（こう）学（がく）年（ねん）は10時（じゅう）時（じ）です。メ（メ）ディ（ディ）ア（ア）の時間（じかん）にも注（ちゆう）意（い）しな（な）が（が）ら、早（はや）ね（ね）を心（こころ）が（が）け（け）ま（ま）し（し）よ（よ）う。

また、朝（あ）ご（ご）は（は）ん（ん）を食（た）べ（べ）るとから（か）ら（ら）だ（だ）が（が）目（め）ざ（ざ）め（め）ま（ま）す。から（か）ら（ら）だ（だ）で（で）なく（なく）脳（のう）も目（め）ざ（ざ）め（め）ま（ま）す。朝（あ）ご（ご）は（は）ん（ん）が活（かつ）動（どう）のスイ（スイ）ツ（ツ）チ（チ）に（に）な（な）る（る）の（の）です。朝（あ）は（は）よ（よ）う（う）を（を）も（も）つ（つ）て（て）起（お）き（き）、し（し）っ（し）か（か）り（り）朝（あ）ご（ご）は（は）ん（ん）を食（た）べ（べ）る（る）よ（よ）う（う）に（に）し（し）ま（ま）し（し）よ（よ）う。



## 毎朝、健康観察をしよう！おうちの人と確認しよう！

- すいみん（すいみん）はし（し）っ（し）か（か）り（り）とれ（れ）ま（ま）し（し）た（た）か（か）。
- 朝（あ）ご（ご）は（は）ん（ん）はし（し）っ（し）か（か）り（り）食（た）べ（べ）ら（ら）れ（れ）ま（ま）し（し）た（た）か（か）。
- 顔（かお）色（いろ）はよ（よ）い（い）で（で）す（す）か（か）。
- から（か）ら（ら）だ（だ）が（が）だ（だ）る（る）く（く）な（な）い（い）で（で）す（す）か（か）。
- 頭（あたま）やお（お）な（な）か（か）な（な）ど（ど）い（い）たい（たい）と（と）ころ（ころ）はあ（あ）り（り）ま（ま）せ（せ）ん（ん）か（か）。
- げ（げ）り（り）やべ（べ）ん（ん）ぴ（ぴ）を（を）し（し）て（て）い（い）ま（ま）せ（せ）ん（ん）か（か）。
- 発（はつ）疹（しん）（ブツブツ）が（が）出（い）だ（だ）り（り）、目（め）が（が）赤（あか）く（く）な（な）つ（つ）た（た）り（り）し（し）て（て）い（い）ま（ま）せ（せ）ん（ん）か（か）。



➡ 「いつもとちがうな」と感じたら、体温を測ってみよう。

### おうちの方へ

★体調その他の理由で欠席（遅刻）する場合は、**7時50分から8時10分**までの間に学校へ連絡をしてください。その際、できるだけ具体的な様子や症状をお知らせいただくようお願いします。（TEL 72-0302）

# 保護者のみなさまへ

## 【出席停止について】

次にあげるような学校感染症にかかると、他の児童への感染を防ぐために『出席停止』になります。期間は、医師の診断を受けてから感染の恐れがなくなるまでです。それぞれの病気ごとに法的に定められた期間があります。（たとえば、インフルエンザの場合は、『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』）ただし、基本的には、医師の指示に従ってください。この期間は、元気になったように思えても、周りへの感染力は残っている状態ですので、しっかり家庭で療養してください。



なお、この手続きの際、医師の証明書や診断書は必要ありません。医師の診断を受けられたら、保護者の方から学校へ連絡してください。

インフルエンザ、百日咳、麻しん（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）、咽頭結膜熱（プール熱）、結核、  
流行性角結膜炎（はやり目）、腸管出血性大腸菌感染症、  
溶連菌感染症、マイコプラズマ肺炎、ウイルス性肝炎 など

## 【保健連絡袋について】

プライバシー保護の観点から、保健に関する調査や検診結果をお渡しする際などには、保健連絡袋を使います。この袋は内容を確認されたら、早めに担任にお返しください。また、繰り返し使用しますので、破損や紛失にご注意ください。

## 【日本スポーツ振興センター災害給付について】

学校でのけが等で、病院で診察・治療を受けられた場合は必ず学校へお知らせください。保険を使つての治療費総額が1500円（調剤薬局の分も含む。複数月や複数の医療機関の合計でもよい）を超える場合は、日本スポーツ振興センターの災害給付対象となります。



なお、高浜町の子ども医療費助成制度と二重の給付を受けることはできません。学校でのけが等による受診の場合は、窓口で一旦支払いをされたうえで、日本スポーツ振興センターに災害給付金の請求手続きをすると、保険適用で支払われた3割分プラス療養にかかる費用として1割分が給付されます。

この手続きには、所定の用紙を使つての医療機関の証明が必要です。学校から必要な用紙をお渡ししますので、医療機関で作成してもらい、学校へ提出してください。

日本スポーツ振興センターについては、高浜町教育委員会からも詳しい文書が出されますので、そちらもよく読んでください。