

楽しい学校生活を送るために



4月からいよいよ小学校生活が始まります。子どもたちが健康でより楽しい学校生活を送れるよう、ご協力お願いいたします。

1 大切な生活リズム

4月から新しい生活が始まります。楽しい学校生活を送るためには、健康であることが第一です。規則正しい生活のリズムが健康を保持するもです。

- ①就寝・・・9時までには布団に入れるように。
- ②睡眠時間・・・9～10時間は必要です。
- ③朝食・・・午前中のエネルギー源です。必ず食べさせてください。
- ④排便・・・朝の排便の習慣をつけましょう。
- ⑤歯みがき・・・食べたらずぐ自分で磨く習慣を。
☆ハンカチ・ティッシュペーパーを身につける
☆手足の爪は切っておく

2 朝の健康観察

その日1日が、元気に過ごせるかどうかを見る大切なものです。
お子さんの健康状態をよく観察してから登校させてください。

- ①顔色はよいか
- ②朝食はきちんと食べられたか
- ③元気はあるか
- ④体に発疹などないか
- ⑤痛いところはないか

いつもと様子がちがうときは、熱を計ってください。

3 学校伝染病

学校保健安全法では、集団生活を行う学校において、風疹、インフルエンザなどの伝染性のある病気にかかった場合は感染の予防のため、学校には登校できません。（欠席でなく出席停止となります。）

医師による登校許可がでるまで学校は休ませてください。

インフルエンザの出席停止期間について

発症した後5日を経過し、且つ、解熱した後2日を経過するまで出席停止となります。

4 学校でけがや病気をしたとき

学校で具合が悪くなったときは、保健室で様子をみます。回復の兆しがみられない場合は、保護者に迎えに来ていただいています。

また、学校でけがをしたときは、保健室で応急処置をし、病院に連れていく必要があるときは、家庭へ連絡いたします。

家庭への緊急連絡が必ずとれるようにしておいてください。

保健室は応急処置のみです。その後の処置は家庭・お医者さんで行ってください。前日等のけがについては、湿布を貼り直す・薬をつけるなどは原則として行いません。

5 日本スポーツ振興センター

日本スポーツ振興センターは、日本スポーツ振興センター法という法律で定められている全国的な組織で、学校管理下（在校中及び登下校）における負傷や疾病等に関して、医療費等の給付を行うものです。全児童が加入です。

○学校の管理下で起きた災害の場合は、**災害共済給付制度**が優先します。

災害給付制度の適用となる災害が起きた場合、川口市の子ども医療費支給制度の対象外となります。そのため、学校の管理下で起きた災害の場合は、子ども医療費支給制度は利用せず、医療機関窓口で医療費の自己負担分（3割分）をお支払いした上で、災害共済給付制度を申請してください。後日、独立行政法人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。（医療費の4割分）

なお、川口市の学童災害共済は学校の管理下以外のけがが対象となります。

※放課後児童クラブ（学童）でのけがは学校管理下外です。

6 病気の治療

就学時健康診断結果が要治療のお子さんは、入学前に治療を済ませてください。

お子さんが定期的に治療や検査を受けている場合には、お知らせください。

何か制限のある場合は、かかりつけの医師より診断書（指示）をいただいで下さい。特に心臓病については学年があがるごとに「管理表」をご提出ください。「管理表」用紙は学校から持たせますので、病院へかかる前に（早めに）申し出てください。

入学後、様々な健康診断が行われます。治療や検査の必要な場合は、学校から連絡がありますので、早めに受診してください。

7 茶髪（染毛、脱色）は禁止

染毛や脱色で多いトラブルはアレルギーです。染毛剤には多くの化学物質が使われており、アレルギーを起こすと、頭皮が赤くかゆくなり、浸出液が出たり皮がむけたりします。

染毛剤によるアレルギーは、使用し続けているうちに突然起こります。染毛剤に対するアレルギーは一度出たら一生変わりません。また最近では、染毛剤中の成分に環境ホルモンの作用をするものがあるとの報告もあり、安易な使用は控えた方が安全です。