



## 生徒の皆さん 保護者の皆様へ

### \*\*\* 百日咳・マイコプラズマ感染症について \*\*\*

4月より、のど痛や鼻症状、発熱の他、長引く咳症状の罹患が見られています。県内では例年より百日咳の発生数が多く、今現在も横ばいで推移している状況で、校内でも期間をおいてポツン、ポツンと発生している状況です。同様に咳の続く疾患として、マイコプラズマ感染症の発生も見られています。症状が長引く場合は受診をお願いします。

### ～ 百日咳・マイコプラズマ感染症の検査を受けられた場合はご連絡ください ～

医療機関での百日咳、マイコプラズマ感染症の検査結果が陽性だった場合、登校の際に「登校許可証明書」が必要となります。検査結果を聞きに行かれる際に、書類を医療機関にご持参いただきたいため、検査を受けられましたら学校に一報ください。検査結果が陽性だった場合は、医療機関から記入していただき、登校の際に学校に提出をお願いいたします。（検査結果が陰性だった場合は必要ありません）



### \*\*\* 健康診断結果に関するお知らせ \*\*\*\*

予定していた健康診断がすべて終了しました。保健関係の提出物等にご協力ありがとうございました。

#### 欠席等で未検査の検診がある場合

- ・「追加検診のお願い」を配付していますので、ご確認ください。
- ・各学校医の医院で受検をお願いします（未検査受検については、学校医以外の医院での受検ができませんのでご注意ください。）  
詳細は同封の案内をご確認ください。

#### 学校医

- 内科：かねもと外科内科医院
- 耳鼻科：廣川医院
- 眼科：うおぬま眼科（田中先生）
- 歯科：かみむら歯科医院

#### 治療や精密検査が必要なものがある場合

- ・「受診のお勧め」用紙を配付しました。健診結果をご確認いただき、受診をお願いします（受診はかかりつけ医や任意の医療機関でかまいません）。受診が済みましたら用紙を学校まで提出してください。
- ※今年度に入り同症状で既に受診済みの場合は、その旨を保護者が用紙に記入し、ご提出いただければ結構です（再受診は必要ありません）。

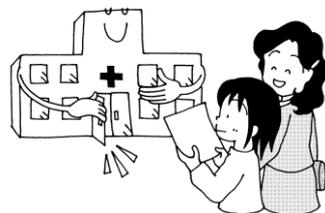
#### ★ 就学援助「医療券」について

就学援助を申請されている方は、治療費が医療費援助となる疾病があります。

（ただし、学校の健康診断で治療指示したものに限りです）

就学援助認定までに、以下の疾病で学校の健康診断で治療指示を受け、医療機関を受診される場合は治療費の領収書を保管しておいてください。

【対象となる疾病】結膜炎・中耳炎・慢性副鼻腔炎・むし歯



# \*\*\* いきいき健康づくり週間 \*\*\*

今年度も、睡眠を意識した生活を送ることで生活リズムの改善に取り組みます！

\*小中学校合同で6年目の取り組みです。

## < 生活リズム改善のポイント >

令和6年5月27日 眠育講演会より 講師：日本眠育推進協議会 理事 石井 正文 様

- 1 夜間に7～8時間以上の睡眠時間をとる
- 2 入眠は、午後10時を目標にする（特に1年生）
  - ①どんなに遅くても11時には寝る（2・3年生）
  - ②土・日は90分以上寝坊しない
  - ③早く眠れる日は早く眠る（休日の前の夜など）
- 3 スマホ・ゲームは1日1時間の使用、入眠の1時間前には使用をやめる

\*大事なことは、登校時刻に間に合うように自然に目覚めること

家の人に起こされたり目覚まして起きるのではなく、自然に目が覚める状態を言います



6月19日(木)～7月2日(水) 睡眠調査を実施しています！

睡眠調査をきっかけに

「早く寝なさい！」「スマホやめなさい！」と言われるのではなく  
自分で「午後10時には寝ます！」「時間なのでスマホをやめます！」と言えるように



目標は…

人にさせられる ⇒ 自分で決めてする<自立する>  
自分で自分の生活を「コントロールする力をつける

## 【保護者の皆様へお願い】

睡眠調査の期間中、お子さんが毎日、生活の様子を記録しています。入眠時刻や起床時刻の目標を自分で決めて、実行できるように頑張っていると思いますので、家庭でも励ましの声をかけていただけるとありがたいです。

