

# ほけんだより

2026年4月

ハノイ日本人学校 保健室 P



保護者の皆様、お子様の御入学、御進級おめでとうございます。保健室ではお子様が元気に安心して学校生活を送れるようにサポートしていきます。

## 保健関係書類の提出についてのお願い

### ① 感染症の予防接種・既往歴調査票

- ・ 予防接種、感染症の既往歴は昨年度と変わっている場合があります。よく御確認の上、追記や訂正をしてください。
- ・ 内容の御確認が終わりましたら、表紙の確認欄にサインをお願いします。

### ② 児童生徒保健調査票

- ・ 緊急連絡先は上から順に連絡を差し上げます。必ず電話が繋がる番号を記載してください。(変更があった場合は訂正してください)。
- ・ 右下の「5 学校に知らせておきたい事」は、何もない場合も「特になし」に○をつけてください。
- ・ アレルギーの有無や予防接種状況は緊急時に必要な情報となるため記入漏れがないようにお願いします。

### ③ 結核健康診断問診票

- ・ 該当欄に記入してください。健康診断で活用いたします。

以上3点を担任に御提出ください。

提出締切 4月17日(金)

## 保健関係について

### 1 保健室の利用

本校の保健室はA棟1階の校庭側にあります。

お子さまの体調が悪い際には、**保健室での休養は原則1時間程度**としており、それでも回復しない場合にはお迎えをお願いしておりますのでご理解ください。

お子さまがケガをした際には、応急手当を行います。**治療や継続的な処置(絆創膏や湿布の貼り替え等)は行いません。**緊急を要するケガをした場合、児童生徒保健調査票に記載されている方(緊急連絡先)に連絡し、病院受診等のご相談をさせていただきます。

保健室では薬の処方、服薬の手伝いは行えません。お子さまが自身で判断をし、服薬できる場合にのみ担任にお知らせいただいたうえで薬をご持参ください。

## 2 バス酔い

体調に左右され、いつもは乗り物酔いをしないお子様でも嘔吐してしまうこともあります。お子様がすぐ取り出せる場所にビニール袋を入れていただくようお願いいたします。なお、嘔吐物や排泄物で衣類が汚れてしまった場合、袋に入れてそのままお返しいたします。衛生上の観点から学校では洗濯をすることができませんので、ご了承ください。

## 3 海外学校傷害保険

本校では、全児童生徒が海外学校傷害保険に加入しています。**学校管理下で発生したケガ・熱中症で医療機関を受診した場合には、保険料（少額）が支払われます。**保険の申請をされる場合、**受傷日より2週間以内をめぐり**、担任または保健室まで御連絡ください。申請には領収書並びに診断書(原則請求額が10万円以上の場合)が必要となります。**ご家庭で加入している保険と併用可能です。**

## 5 感染症に関して

学校は集団生活の場であり、児童は特に重症化するリスクもあるため、感染症には特に注意が必要です。**37.5℃以上の発熱がある場合は自宅療養していただきますよう御理解と御協力の程よろしくお願いたします。**

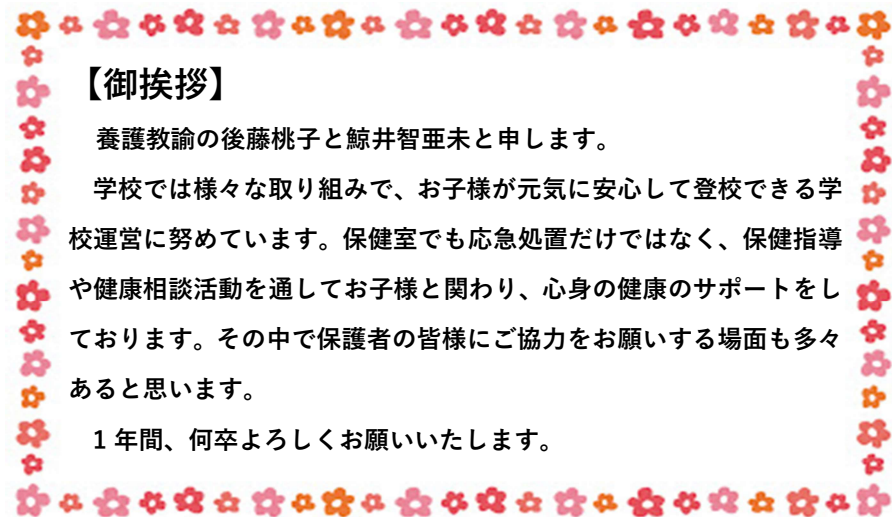
また、本校では日本と同様に学校保健安全法に則り、出席停止などの基準を設けています。病院で何らかの感染症と診断された際には登校を控え、速やかに学校までご連絡ください。

※出席停止期間を、担任の先生とご確認ください。

※欠席される日は、必ず【欠席・遅刻連絡フォーム】の入力をお願いいたします。

※医療機関からの登校許可書等の提出は必要ありません。

	疾患名	潜伏期間	症状	出席停止期間
第1種	エボラ出血熱、クリミアコンゴ出血熱、マールブルグ病、ラッサ熱、急性灰白髄炎、ジフテリア、SARS、痘そう、ベスト、鳥インフルエンザ			原則入院をし、完全に治癒するまで出席停止
	インフルエンザ	1-2日	発熱、倦怠感、関節痛、筋肉痛、咽頭痛、咳	発症後5日、解熱後2日を経過するまで（早見表あり）
	百日咳	6-15日	発作性の咳込みを反復	特有の咳が消失もしくは5日間の抗菌剤による治療終了まで
第2種	麻疹（はしか）	10-12日	2-3日の風邪症状、その後高熱、発疹	解熱後3日を経過するまで
	流行性耳下腺炎（おたふく）	2-3週間	耳下腺、顎下腺、舌下腺の腫脹、発熱	耳下腺、舌下腺、顎下腺の腫脹が出て5日を経過し、かつ全身状態が良好になるまで
	風疹	2-3週間	発熱、発疹、リンパ節腫脹	発疹が消失するまで
	水痘（水疱瘡）	11-20日	顔部、背中から全身発疹	すべての発疹が痂皮化するまで
	咽頭結膜熱（プール熱）	5-7日	発熱、咽頭痛、眼球充血	主要症状の消退後2日を経過するまで
	結核	1か月から数年	咳、発熱、倦怠感	感染の恐れがなくなるまで
	髄膜炎・細菌性髄膜炎	2-4日	高熱、吐き気、頸部硬直	
新型コロナウイルス感染症	型による	発熱、咳、咽頭痛、鼻水、倦怠感	発症後5日を経過し、かつ症状が軽快した後1日を経過するまで	
第3種	コレラ、細菌性赤痢、腸チフス、パラチフス			医師が感染の恐れがないと認めるまで
	腸管出血性大腸菌感染症	2-14日	水溶性下痢、血便、腹痛、発熱	
	流行性角結膜炎	1-2週間	眼球充血、眼瞼腫脹	
	急性出血性結膜炎	1-2日	流涙、眼球充血、眼瞼腫脹	
その他の感染症	条件によっては出席停止の措置が必要と考えられる疾患			



**【御挨拶】**

養護教諭の後藤桃子と鯨井智亜未と申します。

学校では様々な取り組みで、お子様が元気に安心して登校できる学校運営に努めています。保健室でも応急処置だけではなく、保健指導や健康相談活動を通してお子様と関わり、心身の健康のサポートをしております。その中で保護者の皆様にご協力をお願いする場面も多々あると思います。

1年間、何卒よろしくお願いたします。



2026年4月  
保健室 P

毎年行っている健康診断ですが、皆さんはなぜ健康診断をするのか考えたことがありますか？健康診断には皆さんの健康を守るとても大切な役割があります。今回のほけんだよりには大切なことがたくさん書いてあるので必ずお家の人と一緒に確認をしてください。

●健康診断日程

日程	実施項目	対象学年
4月20日(月)	身体測定・視力検査	小1、小2、中1
4月21日(火)	身体測定・視力検査	小3、小4、中2
4月22日(水)	身体測定・視力検査 尿検査	小5、小6、中3 小1、小2、中3
4月23日(木)	心電図検査 尿検査	小1、中1 小3、小4、中2
4月24日(金)	尿検査	小5、小6、中1
5月7日(木)	内科検診	小1、小2、小3、中3
5月8日(金)	内科検診 尿検査	小4、小5、小6、中1、中2 予備日
5月13日(水)	歯科検診 聴力検査	小4、小5、小6 小3
5月14日(木)	歯科検診 聴力検査	小1、中1、中2 小4、小5
5月15日(金)	歯科検診 聴力検査	小2、小3、中3 小6、中1、中2
5月19日(火)	聴力検査	小1、中3
5月20日(水)	聴力検査	小2

どんな検査をするんだろう？

**身体測定**…身長と体重を測ります。検査の日には半袖半ズボンを着て来ましょう。また、髪を結ぶ

場合には、お団子やポニーテール以外にしましょう。



**尿検査**…尿の成分を調べて、腎臓病や糖尿病などの見つけにくい病気が隠れていないかを

検査します。検査の前には尿検査のやりかたを配ります。手順や注意事項をきちんと読んで実施してください。



**心電図検査**…小学1年生、中学1年生の皆さんだけ行います。心臓がきちんと動いているかを調べ

ます。検査の特性上、仕切りの中で上半身裸になり、胸や手に機械をつけて検査します。



**視力検査**…皆さんの目がどのくらい見えているかを調べます。眼鏡をやコンタクトを使っている人は、

当日忘れずにつけてきてください。



**内科検診**…体全体の調子をお医者さんに診てもらいます。検査の際には服の下から聴診器を入れこみ

診察をします。ゆったりとした服を着て来てください。



**聴力検査**…耳の聞こえ具合を確認します。検査前日は耳掃除をしましょう。



**歯科検診**…虫歯や歯周病がないかをお医者さんに診てもらいます。口の健康は体全体の健康にもつ

ながります。当日の朝はいつも以上に丁寧に歯を磨きましょう。

