



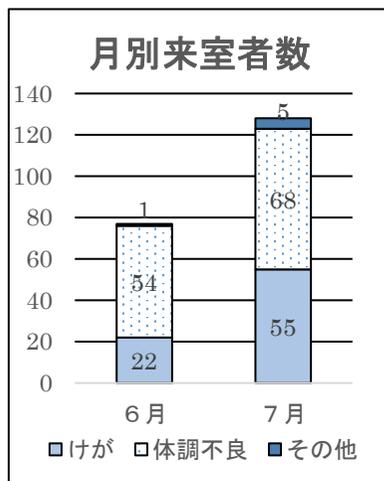
北本市立東小学校
保健室
R2.7.30



臨時休業を経て、6月から始まった1学期ですが、いかがでしたか？
学校にみなさんが登校してきて、「やっぱり、子どもたちの元気な声が響いてこそ、学校だな〜」と過ごした1学期でした。

今までとは違った生活様式・先の見えない生活に気がつかないうちに、疲れがたまっている人が多くいたのではないのでしょうか？夏休み中にリフレッシュをして、また2学期に元気なみなさんに会えることを楽しみにしています。

1学期保健室利用状況



【月別】

全体的に保健室来室者が去年と比べて、2割程度少なかったです。

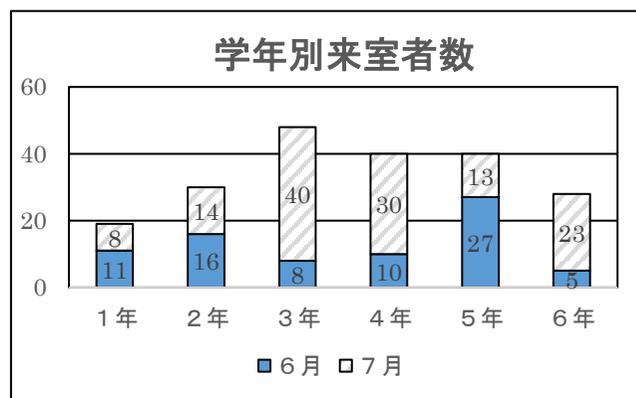
特に6月中は学校にいる時間が短かったのと、休み時間の外遊び・体育の授業ができなかった影響があるのかなと思います。

6月の途中から頭が痛い・お腹が痛いといって来室する児童が多かったです。今年は保健室での休養を行っていませんでしたため、保護者のみなさまにはお迎えに来ていただく機会がいつもよりも多かったと思います。ご協力ありがとうございました。

【学年別】

3～5年生はどの学年も同じくらいの来室がありました。1年生の来室はとも少なかったです。

気になるのは、7月に入って中学年の来室が増えたことです。内容としては打撲が多かったです。ちょっとふざけたがために、けがをした・けがをさせたしまった・・・というような、予防できたはずのけがが多くありました。2学期は、落ち着いてスタートできるといいですね。



夏休み中の休日当番医一覧表



北本市HP (医療機関・休日当番医)
<http://www.city.kitamoto.saitama.jp/kurashi/bosai/2/1420275457958.html>

日	曜日	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号
2	日	坂部医院	内/小	桶川市東 1-3-26	048-771-1055
		埼玉県央病院	内/外	桶川市坂田 1726	048-776-0022
		山田医院	内/小	北本市緑 3-289	048-593-0353
9	日	伊奈病院	内/外	伊奈町小室 9419	048-721-3692
		鈴木内科医院	内/小/皮	桶川市川田谷 5828-1	048-787-3000
		榎原医院	内/胃腸/肛門	北本市東間 7-242	048-542-6582
10	月	なかた呼吸器科内科クリニック	内/呼内	桶川市倉田字西窪台 255-5	048-729-2811
		埼玉県央病院	内/外	桶川市坂田 1726	048-776-0022
		北本中央クリニック	内/小/循内/消/呼/血内	北本市本町 6-232	048-591-2257
16	日	ベニバナファミリークリニック	内/小/消内/皮/外	桶川市下日出谷 954-5	048-787-0002
		埼玉県央病院	内/外	桶川市坂田 1726	048-776-0022
		藤倉医院	循/外/内	北本市宮内 1-212	048-592-3045

医療機関受診の注意



- ①休日当番医を受診される場合は、事前に必ず当番医へ電話連絡をしてください。
- ②受診には、健康保険証・こども医療費受給資格証・お薬手帳を持参ください。
- ③診察時間は、午前9時～午後1時です。

埼玉県小児救急電話相談

月から土曜日 午後7時から翌朝7時まで
日曜日・祝日・年末年始 午前7時から翌朝7時まで

休日や夜間に、家庭での対処方法や受診の必要性について、看護師に電話相談できます。
電話番号：#8000番

ただし、IP電話、ひかり電話、ダイヤル回線をご利用の場合は、048-833-7911

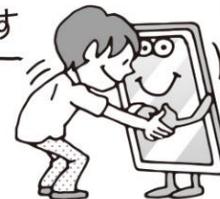
スマホのルール 18の約束



あるアメリカ人のお母さんが、13歳の息子にスマホをプレゼント。一緒に「スマホ18の約束」というオリジナルの契約書を渡したそうです。その内容は…

- | | | |
|---|---|--|
| 1 このスマホは私が買い、あなたに貸しているもの | 7 スマホを使ってウソをついたり人を馬鹿にしたりしない | 13 写真やビデオを膨大に撮らないこと |
| 2 パスワードは必ず報告すること | 8 人に面と向かって言えないことはスマホでも言わない | 14 ときどき家にスマホを置いて出かけて |
| 3 これは電話。出るときは「こんにちは」と言うこと | 9 友だちの親の前で言えないことはスマホでも言わない | 15 みんなが聞いている音楽とは違うものをダウンロードしてみ |
| 4 学校がある日は午後7時半に、週末は午後9時に私に返して | 10 ポルノ禁止。私とシェアできるような情報を検索してください | 16 ときどき知能ゲームで遊んでみて |
| 5 スマホは学校には行けません。メールをする子とは、直接話さない | 11 公共の場では、サイレントモードにすること | 17 上を向いて歩いて。まわりの世界をよく見て |
| 6 修理費は自己負担。万一のため、お金は準備しておきなさい | 12 他人に大事なところの写真を送ったり、もらったりしてはいけません | 18 あなたが失敗したらスマホは没収。失敗について話し合います |

「このルールはいいな」「これはできていないからがんばろう」と思うものはありませんか？ スマホのルールの参考にしてみましょう。



まだあるよ **夏休みの宿題**

保健室からも、みなさんに夏休みの宿題があります。

①『夏休み 健康チェックカード』
毎朝、おうちの人と一緒に健康観察をしましょう。また、毎日の生活リズムについても記録し、規則正しい生活を心がけましょう。



提出日 8月18日(火)

②スマホ・パソコン・ゲームなどの使い方(ルール)をおうちの人と再確認しましょう。

