

ほけんだよい

高篠小学校
保健室
NO.2
令和7年5月1日

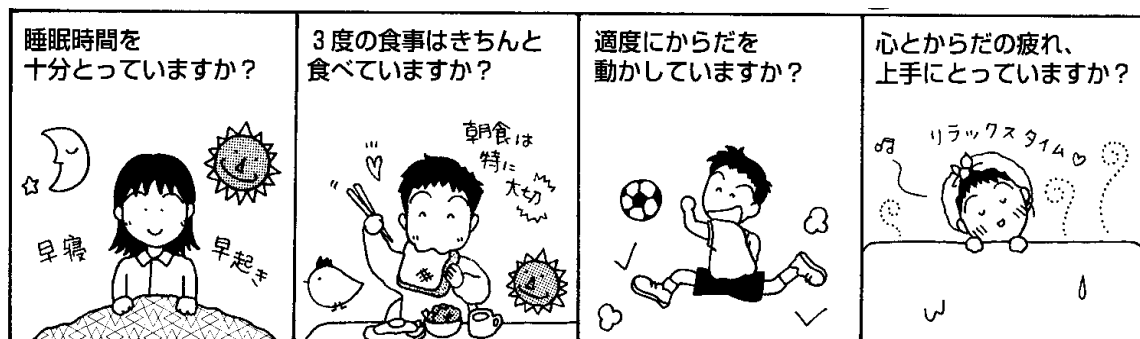
新学期が始まって1ヶ月がたちました。新しい学年になれてきた一方で、疲れが出てくる頃です。こころとからだをしっかりと休めましょう。また、お休みが始まります。生活リズムをくずさず、元気に過ごせるようにしましょう。



生活リズムは大丈夫？

生活CHECK

新学期の疲れが出やすい時期です。早めに寝て、しっかり体を休めましょう。ゴールデンウィークもありますが、生活リズムをくずさないように気をつけて過ごしましょう。



清潔検査を行います

児童保健委員会の取組で毎月、月初めの金曜日にハンカチ・ティッシュ・爪の長さを調べています。いつ清潔検査が行われてもいいように準備しておきましょう。

〈毎日持ってきましょう〉

・ハンカチ ・ティッシュ

・マスク（給食の時に必要です。）

けがをした時や清潔を保つために必要です。

健康診断はじまっています

4月から健康診断の結果については随時お知らせをしています。病気・異常が見つかった際には、「健診結果のお知らせ」をお渡ししますので、できるだけ早めに受診し、診察の結果・経過をお知らせくださいますよう、お願いいたします。すでに受診済みのときや定期的に受診しているときは、その結果をおうちの方が記入し、ご提出ください。

なお、受診しても『異常なし』となる場合がありますが、これは学校での健康診断が“スクリーニング”（病気・異常の疑いのある者を選び出す）であるためです。ご理解・ご協力をお願いいたします。

何のため？

健康診断は、みなさんが毎日学校に来て勉強をした
り友だちと遊んだりできるように、**「病気がないか」「生活で注意するところはないか」「問題なく成長できているか」**などを確認する大切なものです。
自分の体について知ることができる1年に1度のチャンス。ただ検診を受けるだけではなく、どのようなことを調べるのか、また今の自分がどのような状態なのかを知って、健康でいるための手がかりにしてもらえたらうれしいです。大切な健康は自分で守る。そのためにできることを考える機会にしてください。

日本スポーツ振興センターについて

日本スポーツ振興センターの災害給付制度は、児童が学校の管理下でけが等をして医療機関にかかった場合、後日保護者の方に給付金が支払われる制度です。

●共済掛金保護者負担額・・・児童1人 年額460円

各担任から、学年費等で集金の連絡があります。

●申込書は1年生のみで、2年生以上は保護者負担金を納入してもらうことで自動継続となります。

●お子さんが学校の管理下でけがをして医療機関に受診された場合は、担任にご連絡ください。養護教諭が事務手続きをします。

●こども医療費との併用はできません。学校の管理下でけがをした場合は、スポーツ振興センターが優先されます。その旨を病院窓口でお話しいただき、窓口支払いをお願いします。2～3ヶ月後センターから、給付金が支払われます。（口座振り込み）

