

4月 保健だより

今月のひとこと : 一日を大切にせよ。その差が人生の差につながる。(デカルト)

新年度がスタートしました。春休みはゆっくり休めたでしょうか。4月は環境の変化が多く、心や体に負担がかかりやすい時期です。無理をせず充実した日々を過ごせるように、少しずつ心身を慣らしていきましょう。また、春は様々な健康診断も予定されています。体の不調はできるだけ早く治し、今年度も元気に過ごしましょう。

学校医紹介

学校医(内科) 寺岡 裕貴 先生
学校医(眼科) 城戸 通宗 先生
学校歯科医 兵藤 正昌 先生
学校薬剤師 井手 多津枝 先生

4月の健康診断スケジュール

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
6日	7日	8日 始業式・大掃除 身だしなみ指導 進路希望調査	9日 クラス写真撮影 学年集会・部登録 通学別指導	10日 身体計測 防災訓練 専門委員会
13日 内科検診(2年生)	14日 貧血検査 尿検査	15日 尿検査予備日 全校朝礼	16日 内科検診(3年生) 漢字テスト	17日 遠足
20日 面接週間 (45分授業)	21日	22日 開校記念行事②③	23日 数学計算テスト	24日 進路関係テスト ⑤⑥(3年生) ⑥(2年生)
27日 朝読書開始	28日 尿検査回収最終日	29日 昭和の日	30日 富士会総会⑤⑥	

持ってくるもの

- 【身体計測】体操服、眼鏡
コンタクトレンズ
- 【内科検診】体操服
- 【貧血検査】なし
- 【尿検査】尿検体

尿検査は、忘れたら
お金がかかります！
忘れないように！！

保健室で できること

- 1 けがの応急手当
- 2 体調不良時の休養
- 3 悩みや困りごとの相談
- 4 保健に関わる学習

保健室利用の注意点

- 保健室での休養は、原則1～2時間です。
- 保健室では、お薬は処方できません。
- 相談で来室するときは、できるだけ授業時間以外にしましょう。

知っておこう

災害共済給付制度について

申請した方がお得！

「災害共済給付制度」とは、みなさんが学校での生活・活動の中で怪我などをした際、独立行政法人日本スポーツ振興センターから給付金と見舞金が支払われる制度です。

給付対象となる「学校の管理下」の範囲

授業や実習、学校行事

部活動や宿泊研修

登下校、校外での集合

休み時間や放課後、掃除中

給付対象となる「災害」の範囲

① 怪我

捻挫・骨折・虫刺され・やけどなど

② 病気

食中毒・熱中症・脳しんとうなど

③ 障害

④ 死亡



△注意点△

災害共済給付制度を利用する場合は、子ども医療費助成制度（窓口負担が無料になる制度）を使用しないでください。病院で一度支払いを済ませたうえで申請をお願いします。

負傷・疾病では、原則的に初診から治癒までの間の医療費総額が5,000円以上（健康保険証を使った際の本人負担が1,500円以上）の場合に給付対象となります。なお、申請の際には受診した医療機関で記入してもらう書類が必要です。給付の対象になるか分からない場合は、保健室に聞きに来てください。

良いコミュニケーションは

笑顔と挨拶から



進級すると、新しい先生や友達と出会いますね。ワクワクする人もいますが、ちょっと緊張したり、「仲良くできるかな…」と不安になったりする人もいるでしょう。

でも、笑顔とあいさつがあれば、きっと大丈夫！笑顔を向ければ、相手も自然に笑顔になれるし、「おはよう」と挨拶すれば、「おはよう」が返ってくるでしょう。

朝、登校前に鏡に向かって笑顔の練習をするのもおすすめです。ぜひ試してみてください。