

# 郡高保健だより

令和3年4月

新年度がスタートしましたね。新しい学年、新しい友達…。たくさんの「新しい」に出会うみなさんは、わくわくドキドキ、心が忙しい毎日ではないでしょうか？

早く慣れようと焦ってしまうこともあると思いますが、自分のペースで大丈夫。一步一步進んでいきましょう。保健室からも、みなさんを応援しています。



新型コロナウイルス感染症もワクチン接種が始まり、少しは明るい兆しが見えてきていますが、まだまだ感染症対策が必要です。

これからもみなさんの健康観察を続けていきますので、毎朝の健康チェックをお願いします。



## 保健室のルール

保健室はこんなときに来てください

☆ ケガをしたとき

泥や汚れは洗ってから来てください

☆ からだの具合が悪いとき

飲み薬は出しません

ベッドで休養して様子をみましょう

☆ 健康について知りたいことがあるとき

☆ 自分の成長の様子を知りたいとき

本や資料を置いています。活用してください。

休み時間や放課後を利用して、身長、体重、視力などを測りに来てください。

☆ 悩みや話したいことがあるとき

いつでも来てください



## ほけんだより、読むべき？

「ほけんだよりを読んだって、勉強やスポーツができるようになるわけじゃないし…」

テスト勉強でも、部活の練習でも、健康だからがんばれます。そのためには、自分のからだをよく知っておくのも大切です。

ほけんだよりでは、みなさんの健康に関するいろんな情報をお伝えします。からだは生まれてからずっと一緒にパートナー。ほけんだよりを通して、興味をもってくれたらうれしいです。



保健室は『みなさんの健康を守る部屋』です。

みなさんが心もからだも元気に学校生活を送ることができるように、みなさんの健康を守るお手伝いをする場所です。「自分の心とからだは自分で守る」「自分の健康は自分でつくる」ということができるよう、一緒に考えていく場所です。

保健室のルールは…

★ 来室するときは、担任の先生や授業担当の先生誰かに伝えてから来てください。

★ 保健室では応急処置のみ行います。(継続的な処置はしません。)

★ 保健室での飲食は×です。(食堂ではないので)

★ 保健室のベッドや器具を勝手に使わず、必ず、先生の指示を受けてください。



## 気持ちよく保健室を利用しましょう！

# 健康診断がはじまります

4月15日(木)は、3年生と1年生  
4月22日(木)は、2年生と1年生です。  
みなさんが元気に過ごすための大切な  
行事なので、しっかり健康診断を受けて、  
元気に1年を過ごしましょう!

# 健康診断の目的は…?



その1 ① 自分の成長や健康状態を知る

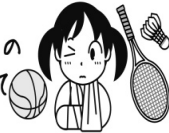
その2 ② 病気の疑いがないかを調べる

その3 ③ 自分の体や健康に関心をもつ

健康診断をきっかけに、毎日の生活をふり返ってみましょう!



日本スポーツ振興センターの  
災害共済給付制度について



みなさんには、学校生活の中での災害によって受診すると、災害給付金の請求ができる保険(=災害共済給付制度)に加入してもらっています。

## ◆給付の条件

- ・学校の管理下(授業中、休憩中、学校行事、部活動、登下校中のケガであること)



- ・医療機関の窓口で支払った医療費の自己負担額が1,500円以上(自己負担3割で)

⑧ センターへ請求後、給付金が支払われるまで、おおよそ3ヶ月程度かかります。

※医療機関へ受診の際は、「公費負担制度(ひとり親・子ども医療助成・障害者総合支援法等)」を利用するのではなく、センター災害共済給付制度を利用してください。

※給付申請をするには、医療機関に記入してもらう用紙などが必要です。申請用紙は保健室にありますので、担任、顧問の先生に尋ねてください。わからないことがあれば、保健室まで聞きに来てください。



## 出席停止について

学校保健安全法で定められた感染症にかかった場合、出席停止となります。病院で「学校感染症」と診断されたら、必ず担任に連絡し、診断書または証明書を学校に提出してください。

### 学校感染症とは…

インフルエンザ、百日咳、麻しん(はしか)、流行性耳下腺炎(おたふくかぜ)、風しん、水痘(みずぼうそう)、咽頭結膜熱(プール熱)、結核、髄膜炎菌性髄膜炎などの感染症です。  
(新型コロナウイルス感染症は第1種の学校感染症に含まれます)



今年度は  
杉・福西の2人体制で、みなさんの  
健康な学校生活をサポートします!  
よろしくお願いします。

