



ほけんだより



R5.2.28
宮前小
保健室

あつという間に、3月ですね。「この1年間はどうだったかな」とふり返るとき、つい、ダメだったところがたくさん浮かんできてしまう人は、いませんか？
よかったこと、がんばったこと、すばらしかったこと…たくさんあったはずです！
ぜひ、そんなことも思い出して、自分をたくさん褒めてあげましょう！

ほけんしつ？



【3月の保健目標】 1年間の健康をふり返ろう

1年間の健康生活ふりかえりチェック！

この1年間、健康にすごすことはできましたか？
できたところは、これからも続けて、もう一歩
だったところはなるべくできるように、がんばって
いきましょうね！

 <p><input type="checkbox"/> 早ね早おきができた</p>	 <p><input type="checkbox"/> 毎日3食 きちんと食べた</p>	 <p><input type="checkbox"/> すききらいを へらせた</p>
 <p><input type="checkbox"/> 元気に 運動をした</p>	 <p><input type="checkbox"/> 手洗い・うがい をしっかりと</p>	 <p><input type="checkbox"/> 食後は 歯をみがいた</p>

ほかにも、健康にすごすために、こんなこと…できていましたか？
宮前小のみんなに特にがんばってほしいと思うところです！

ハンカチ・ティッシュを
持ち歩く。



目にやさしい
パソコンの使い方



ろう下は
走らない。



元気な体と心は、1日では手に入りません。「続ける」ことが大切です！





今年度の治療は今年度のうちに・・・

今年度の健康診断の結果、再検査や治療が必要なお子さんに、「治療のすすめ」をお渡ししています。

まだ、受診されていない（受診結果の提出の確認がとれていない）お子さんには、「治療のすすめ」を再度配布しました。

再度「治療のすすめ」をもらった方は、下記のように対応をお願いいたします。

- (1) **まだ受診をしていない**
→今年度中に受診していただき、受診結果を学校までご提出ください。
- (2) **受診はしたが、学校に受診結果を提出していない**
→受診結果を保護者の方がご記入いただき、学校まで提出ください。
- (3) **すでに治療中（歯列、アレルギー等）だったため、改めて受診していない**
→その旨をご記入いただき、学校までご提出ください。
- (4) **受診済みで、提出もしている**
→大変申し訳ございませんが、その旨をご記入いただき、学校までご提出ください。
- (5) **その他**
→(1)～(4)の他にもなにかありましたら、その旨をご記入のうえ、学校まで提出ください。



がっこう

学校でのケガで じゆしん 受診した人 ひと 医療費の申請は いりようひ お済みですか？ しんせい す



日本スポーツ振興センターの災害共済給付制度に加入しているため、学校の管理下(授業中や休み時間、登下校中など)で起こった負傷や疾病等で医療機関を受診した場合、給付金が支払われます。申請漏れがないか、ご確認ください。

<給付について>

- 学校管理下のけが等で、医療費総額 **500 点以上** のものが対象です。
- 「子ども医療費助成制度」等の **助成制度を利用した場合でも、給付の対象** になりますので、申請をお願いします。（※医療機関によっては対象にならない場合もあります）
- 給付請求の **時効は、給付事由が発生してから2年** です。

★昨年度・今年度のけが等で、申請がお済みでないご家庭には確認の手紙を配布させていただきます。ご確認ください。