



新年度が始まって3週間が過ぎました。新しい環境に慣れた頃だと思いますが、緊張がほぐれ、疲れが出てくる頃です。朝晩と日中の気温差が大きく、体調を崩しやすい時期でもあります。「睡眠」「食事」をしっかりとることで、心身の緊張や疲れをほぐすようにしましょう。ぬるめのお風呂にじっくりつかると、リラックス効果があります。明日からの5連休、体も心もリフレッシュしましょう！

## えっ!? 保健室って、相談もいいの?



先日、保健室前の掲示物を見ていた数名の生徒の会話から聞こえてきた言葉です。確かに、保健室には「相談があります」と言ってくる人はわずかです。体調不良で来ても、話しているうちに悩み事があることが分かったという人もいます。保健室は、みんなの体と心の健康をサポートする所です。少しでも「健康ではないな」「心配なことがある」と感じたことがあったら、気軽に来てください。「何に悩んでいるのか分からないけど、何となくモヤモヤしている」という場合も、保健室で話しているうちに、原因が分かって、解決法を考えてスッキリした! ということもよくあることです。保健室は、けがや病気の時だけ利用する所ではありません。身長を測ったり、視力検査したり、健康に関する勉強をしたり・・・健康に関するコンビニです!

## そうです! 保健室って、相談もいいのです!



kosugi

### 【検温カードについて】

登校前の検温、健康チェック、カードの提出へのご協力ありがとうございました。5月8日、新型コロナウイルス感染症が第5類に引き下げられることをうけ、検温カードを廃止します。5月8日まで記入し、提出してください。カードはなくなりますが、自分の健康管理のため、登校前の健康観察は行ってください。もう、平熱は言えますね。

昼間は気温がどんどん上がってきます。熱中症予防には、のどが乾いたと感じる前に、水分を補給することが必要です。お茶などの水分は必ず持参するようにしましょう。これも、「自分の健康は自分で守る」大切なことです。行動にうつしましょう!

### 【保護者の皆様へ】

学校での、検査・検診は、「スクリーニング」といって、疑わしいものもすべてチェックし、専門医による再検査・相談等につながるというものです。異常の疑いがあった場合は「受診のすすめ」をお渡ししますので、医療機関にご相談ください。医療機関での受診の結果、「異常なし」と診断される場合もあると思いますが、ご理解とご協力をお願いします。受診されましたら、医師等の証明を受け、用紙を学校に提出してください。「受診のすすめ」をもらっていない場合は、「異常の疑いなし」ということです。

<今までにお渡しした受診のすすめ>

#### ○視力検査

視力以外の異常の有無を確認するため、専門医受診をおすすめしていますが、眼科を受診しないで眼鏡を作成した場合は、用紙の余白にそのことを記入し提出してください。その場合は、眼科医や眼鏡店での証明は必要ありません。

#### ○聴力検査

「すでに分かっている」という方もみえるかと思いますが、今年度の検査結果としてお知らせしました。今回は受診を見合わせるという場合は、用紙の余白にそのことを記入し、提出してください。学校で注意することなどがございましたら、あわせてご記入ください。

※ 裏面に、「日本スポーツ振興センターについて」の説明があります。必ず、おうちの人に見せてください。生徒のみなさんも読んでおいてください!

## 保護者の皆様へ



### <日本スポーツ振興センター利用について>

登下校や部活動を含む学校生活において、けが（一部の病気）をして医療機関にかかった場合、日本スポーツ振興センターに災害共済給付金の申請をすることができます。瀬戸市では「子ども医療費助成制度」によって、医療費の保護者負担はありませんが、本来かかった医療費の1割相当額をお見舞い金として受け取ることができます。

### <けが発生から、給付金支給までの流れ>

#### けが発生



- お届けいただいている緊急連絡先に電話をします。かかりつけの病院等をお聞きし、受診先を相談し決定します。

#### 病院への移送



- 学校から連れて行く場合は、保護者の方は、「保険証」「子ども医療費受給者証」を持って、病院に来てください。
- 時間帯やけがの様子によっては、学校に迎えに来ていただき、保護者の方に病院に連れて行っていただく場合もあります。
- ◎ ご家族の方がおみえでないと、診療をしてもらえない場合があります。病院への同伴に、ご理解とご協力をお願いします。

#### 申請手続き



- 日本スポーツ振興センターへの申請に必要な書類をお渡しします。申請を希望される場合は、医療機関や薬局で証明を受け、学校に提出してください。希望されない場合は、その旨お知らせください。
- 必要な書類が揃い次第、学校から申請手続きをします。
- ◎ 申請に必要な書類は1か月毎に必要です。治療が継続する場合は、新しい用紙をお渡ししますので、お知らせください。

#### 給付金支給

- 申請が通れば、2～3か月後に給付金が支給されます。学費引き落としの口座に振り込みます。センターからは4割分が支給されますが、「子ども医療費」として負担した3割分を瀬戸市が受け取ります。市役所国保年金課での事務処理後になりますので、支給までに日にちがかかります。ご承知おきください。

### 注意事項

- 申請有効期間は、けが発生日より2年以内です。また、保障は10年間です。
- 保護者の方に、けが発生時の状況をお聞きする書類をお渡しする場合があります。必要事項をご記入の上、提出してください。
- 保護者支払いはありませんが、かかった医療費が500点未満の場合は給付の対象にはなりません。
- 紹介状がなく、陶生病院、愛知医科大学病院に受診した場合に発生する「初診時選定療養費」は給付対象外です。全額保護者負担になります。
- 詳細は、その都度ご案内します。

◎ ご不明な点がございましたら、養護教諭 小杉までお問い合わせください。