

ほけんだよい 5月

宇都宮市立瑞穂野南小学校 保健室 R7. 5. 1



5月5日の子どもの日は『端午の節句』とも言われ、子どもの健やかな成長を祈る日です。こどもの日に、『兜（かぶと）』を飾っているおうちもあるかと思いますが、兜は昔、体を守るために使われていたものなので、『子どもの身を守って、元気に大きく育つように』という意味が込められているそうです。5月は新しい学年に慣れてきて、体や心の疲れが出やすい時季です。『早ね早起き』・『しっかり朝ごはん』など、規則正しい生活を意識して元気にすごしましょう！

4月の保健室来室状況

ケガの手当てで
来た人 30人
いちばん多かった
ケガ... すりきず

体調が悪くて
来た人 11人
いちばん多かった
症状... あたまが痛い

5月の健康診断の予定

- 5月14日(水) 尿検査 (全学年)
- 5月14日(水) 心臓検診 (1・4年生)
- 5月22日(木) 耳鼻科検診 (全学年)
- 5月27日(火) 尿検査再回収 (未提出の人)
- 5月29日(木) 歯科検診 (全学年)

朝ごはんでこんなに変わる?!

★ 朝ごはんを食べた ★

あたま 頭
脳が目覚めて
勉強に集中できる



おなか
腸が動いてうんちが
気持ちよく出る



からだ 体
体温が
上がって
元気に
動ける

★ 朝ごはんを食べていない ★

あたま 頭
エネルギー不足で
頭がぼーっとする



おなか
腸が刺激されず
うんちが気持ちよく出ない



からだ 体
思い切り
遊ぶ元気が
出ない

朝ごはんが一日を楽しく過ごすためのカギ。勉強も遊びも、がんばるには
まず朝ごはんから。

保護者の方へ

健康診断の結果について

検診後、異常がみられたお子さんには、専門医への受診のお知らせをお渡ししています。お手元に届いた場合には早めの受診をお勧めいたします。(4月に実施した身体計測および視力検査の結果は異常の有無にかかわらず全員にお配りしています。)

なお定期的に通院しているお子さんにも、今回の結果として通知させていただいております。

現在の状態や医師からの指導事項がありましたらその旨ご記入の上、ご提出いただけますと幸いです。通院の必要がないと医師から診断されている場合にはその旨お知らせください。



学校での健康診断はスクリーニング検査のため、医療機関で検査すると『異常なし』と診断されることがあります。ご理解の程、よろしくお願いいたします。

スクールカウンセラー 来校についてのお知らせ

今年度のスクールカウンセラーの来校予定について、4月14日付けのおたよりにてご案内させていただきました。ご希望の場合は、担任もしくは保健室までお知らせください。
※本校来校日でご都合が合わない場合、瑞穂野中学校での面談もご案内可能です。

☆次回来校予定☆

6月10日(火) です。



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



学校管理下(登下校を含む)でのけが等により、医療機関(保険証が使えるところに限る)を受診した場合に、医療費の一部が給付される共済給付制度です。

- 加入の掛け金は、一人当たり年額460円です。5月の学校集金にて引き落としさせていただきます。(同意書は入学時にご提出いただいたものが、在学中の6年間有効となっております。)
- 健康保険が適用された総医療費500点以上(窓口負担額1,500円以上)のものが給付対象となり、治療にかかった医療費の4割が給付されます。ただし、こども医療費助成制度を利用した場合は、医療費の1割のみの給付となります。
- 学校でのけがに対して医療機関を受診した場合は、早めに学校へお知らせください。
※総医療費が500点未満(窓口負担1,500円未満)の場合や受傷日から2年経過したものは時効となり、申請対象外として給付を受けられませんので、ご注意ください。
※給付金の支払いは、手続き後2~3ヶ月かかりますので予めご了承ください。
ご不明な点等ありましたら、保健室までお問い合わせください。

新年度を迎えて約1ヶ月が経ち、子ども達も少しずつ新しい学年に慣れてきたように感じられます。そんな入学や進級の緊張がほぐれてくる5月は、疲れが出やすく、極端な気温の変化などの影響もあり体調を崩しやすい時季です。新体力テストや田植え、遠足などいろいろな行事も控えていますので、体調万全で元気に参加できますように、引き続き、ご家庭での朝の健康観察をよろしくお願いいたします。保護者の皆さまご自身も、お体に気をつけてお過ごしください。