



## 問診調査票の御記入をお願いいたします

【全学年】運動器検診 問診調査票（黄緑）

【1・4年】心疾患調査票（白）を

保健連絡ファイルに入れて、本日（9日）配付しました。5・6月にある内科健診と心電図検査（1・4年生対象）を実施するために必要な調査票になります。

12日（金）を提出〆切とさせていただきます。お忙しいところ、お手数をおかけしますが、御記入に御協力をお願いいたします。

## 日本スポーツ振興センター災害共済給付制度について

日本スポーツ振興センター災害共済給付制度に関するお手紙を、11日（木）に配付します。この制度は、独立行政法人日本スポーツ振興センターと学校の設置者との契約（災害共済給付契約）により、学校の管理下における児童生徒等の災害に対して災害共済給付を行うものです。費用を、国・学校の設置者・保護者（同意確認後）の三者で負担する互助共済制度です。※原則として、全員加入になります。

### 掛金の集金について

一人当たり年額460円です。

※12日（金）を集金日とします。前日の11日（木）に、緑色の集金袋をお渡しします  
ので、その中に掛金を入れて提出をお願いいたします。

### 同意確認について

入学時、または転入時に、加入に関する同意書を配付しています。

※1年生へ同意書を配付しています。掛金とともに封筒に入れ、提出をお願いいたします。  
2～6年生は、一度提出していただいているので、今年度同意書の配付はありません。

### 給付の対象について

- 授業中、休み時間、通常の経路による通学中、校外学習、部活動など学校での活動中に、けがをして医療機関（保険証が使えるところに限る）を受診したときに使用できます。
- 完治するまでにかかった総医療費が5,000円以上（保険証を使用して自己負担が1,500円以上）の場合が給付対象となります。

※保険外診療分（紹介状を持たない大病院の初診時の自費分、差額ベッド代等）や交通費等は給付対象とはなりません。

※給付事由が発生してから、2年を過ぎると、請求ができなくなります。  
早めに手続きをお願いします。

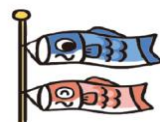
### ※注意※

子ども医療費助成制度と日本スポーツ振興センターの二重申請はできません。  
日本スポーツ振興センター災害給付制度の対象となるけが等で、病院を受診するときは、『受給券』を使用しないようお願いいたします。



# ほい人だより 5月

No. 2 / 2023年 5月 9日 山武市立蓮沼 小学校 保健室



5日間の連休明け、元気なみなさんに会えて安心しました。新しい学年にも慣れてくる5月は、つかれが出やすい時期でもあります。すいみん時間を十分取るように、夜ふかしには注意です！

## 生活リズムを整えて、元気をチャージ！！

生活リズムを整えることは、元気に毎日過ごすためにもとても大切なこと！自分の生活リズムを振り返ってみて、「ここができていないかも…」というところがあったら、今日から改善していけるといいですね。

### 大事なリズム①寝る



学校に行く時間に合わせ、無理なく起きられるように布団に入りましょう。

### 大事なリズム②食べる



朝・昼・夜の3食を栄養バランスを考えて食べましょう。特に、1日のエネルギーになる朝食は、しっかり食べるように心がけよう！

### 大事なリズム③動く



運動は、成長を助け、病気にかかりにくくなることにつながります。苦手な人は、散歩やお手伝いから始めてみませんか？

### 大事なリズム④出す



「これも？」と思うかもしれませんが、トイレでおしっこやうんちを出して、体の中のいらぬものを外に出すことも、大事な習慣！

## 5月の保健行事

- ・11日(木) 4～6年生 / 15日(月) 1～3年生 歯科健診 (川島先生)
- ・17日(水) 1・4年生 心電図検査
- ・19日(金) 尿検査一次 ※予備日 31日(水)
- ・25日(木) 2・4年生と他学年の一部 耳鼻科健診 (小林先生)
- ・29日(月) 4～6年生 内科健診 (花城先生)

歯科健診にむけて  
毎日ていねいに  
はみがきしよう！

