

上尾市富士見小学校 保健室
ほけんだより【親子で読みましょう】
令和7年4月11日 No. 1

上尾市富士見小学校 保健室

ほけんだより【親子で読みましょう】

令和7年4月11日 No. 1

にゅうがく しんきゅう
入学・進級

おめでとうございます



げんき ねんせい にん むか しんねんど はし ほけんしつ ひとり ひとり
 元気いっぱい1年生82人を迎えて、新年度が始まりました。保健室では、一人一人が
 せいいっぱいべんきょう うんどう と く てつた ふ し み しょうがっこう
 精一杯勉強や運動に取り組むことができるように、お手伝いをしていきます。富士見小学校
 まいにち げんき す ねが まいつき とど
 での毎日を元気いっぱいに過ごせるように願いをこめて、ほけんだより「えがお」を毎月お届け
 いたします。おうちの人と一緒に読んでください。

今年度もお世話になります。養護教諭の吉澤幾子です。
どうぞよろしくお願いいたします。



がつ ほけんもくひょう
4月の保健目標

じぶん し
自分のからだを知ろう



健康診断の日程については、学校だよりでお知らせしますので、ご確認ください。

①健康診断を受けて、自分の体の状態を知っておこう！

(からだ^{からだ}がどのくらい大きくなったか？ 自分^{じぶん}の視力^{しりょく}は？ むし^ば歯^{びょうき}などの病気^{いじょう}や異常^{いじょう}の疑^{うたが}いがあったか？)

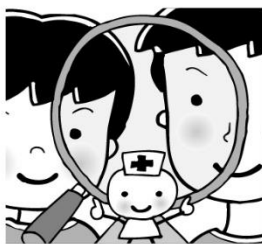
②お知らせの用紙をもらった人は、早めに受診しよう！

③健康の大切さを知り、じょうぶな体をつくるために気をつけて生活しよう！

(睡眠・食事・排便・運動・歯みがき・手洗い・うがいなど)



けんこう しん だん もく てき
健康診断の目的



知る／^{はつ}育・^{いく}健康^{けん}・^{こう}健康^{じょう}状態^{たい}を知る



まも
守る／早期発見で
早期治療開始



そだ じ ぶん けん こう
育てる／自分の健康を
まも たか い しき そだ
守り高める意識を育てる

けんこう しん だん たい せつ り ゆう
健康診断が大切な理由は



①自分の成長のようすを知る



②病^{びょう}気^きや異^い常^{じょう}を早^{はや}く見^みつけることができる



③自分のからだに興味をもつきっかけになる



④健康の目標づくりに
役立つ

【日本スポーツ振興センターについて】

学校の管理下でけが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から医療費の支給を受けられる制度です。掛金は、上尾市が負担しています。従って学校管理下でのけがについては、こども医療受給資格証を提示せずに、医療費（自己負担分）をお支払いいただきますようお願いいたします。



○学校管理下とは 授業中・休み時間・登下校中などです。

○給付が受けられるのは

総医療費が5000円（窓口3割負担で1500円）以上の場合、4割給付されます。

なお、5000円未満の場合、保険診療でないものは対象外となります。

○給付手続きは学校で

学校にある申請用紙に医療機関で必要事項を記入していただき、担任までご提出ください。審査会で給付額の決定後、ご家庭に給付金支払いのお知らせをします。その後給付金受け取りのため、ご来校ください。申請用紙は、月毎の記入になります。治療が翌月にまたがる場合は、担任を通して保健室まで連絡してください。

○注意 請求には時効があります！

医療機関を受診した月から2年間請求を行わないと、給付金が受けられません。必要書類のご提出は、余裕をもってお願いいたします。



☆☆☆☆保護者の皆様へ☆☆☆☆



*入学・進級は、子供たちにとって大きな環境の変化です。新しい生活に慣れないために、疲れやすかったり、食欲がなくなったり、心身共に不安定な状態になりやすい時期です。夜は早く休ませ、十分な睡眠と栄養がとれるようにしてください。

*毎朝、お子さんの健康チェックをお願いいたします。心身の健康は、顔の表情に表れます。表情がとぼしく、目に輝きがないときは、赤信号です。朝食が食べられない、気分が悪いなど、いつもとちがう場合は、熱を測り、無理をさせないようにおうちで様子を見てください。

*衛生習慣のために、毎日、ハンカチ・ティッシュを忘れずに持たせてください。



☆内科	河村 裕 先生	(かわむらハートクリニック)
	系数 憲二 先生	(こいずみクリニック)
☆歯科	渡辺 和宏 先生	(渡辺歯科医院)
	森田 全省 先生	(もりた歯科医院)
☆眼科	伊波 真理江 先生	(池田医院)
☆耳鼻科	本間 利生 先生	(エージオタウンクリニック)
☆学校薬剤師	黒澤 幸栄 先生	(上尾グリーン薬局)

～1年間よろしくをお願いいたします～