

保健だより



東大阪市立枚岡中学校 保健室

新学期が始まって1ヶ月。新しい環境、新しいクラスなど・・・ピンと張りつめていた気持ちがふとゆるんで、急に疲れを感じるのも5月の連休が明けたこの時期です。また、寒暖の差が大きく、日中は汗ばむ位でも、夕方から気温が下がると体調を崩しやすいです。健康管理をしっかり行い体調の悪い時はゆっくり休んで、早く元気を取り戻しましょう。

寒暖の差が 大きい5月。



衣服の調節、ごまめにね。



4月から始まった新しい環境や人間関係の中、知らず知らずにたまっていたストレスや疲れから、心身ともに不調が出てくるのがこの頃です。

疲れたときは・・・

ゆっくり休む、ゆっくりお風呂に入る、身体を動かしたり、音楽を聴いたり、本や映画で泣いたり笑ったり・・・

自分にあったストレス解消法(気分転換)を見つけましょう。

今月の健康診断

日	曜	検査項目	対象学年
11	木	歯科検診	1-1~1-3
17	水	検尿2次 1日目	対象者
		歯科検診	1-4~1-6
18	木	歯科検診	3-1~3-3
19	金	眼科検診	2年
24	水	検尿2次 2日目	対象者
		内科検診	3-4~3-7
25	木	歯科検診	2-1~2-3
29	月	心臓検診2次	対象者

保護者の方へ

* 健康診断について *

4月から健康診断を実施していますが、結果について、病気・異常の疑いが見つかった場合のみ「精密検査(治療)のお知らせ」を配布しています。配布された場合は、できるだけ早めに受診し、経過・結果をお知らせください。

なお、受診しても「異常なし」となることがありますが、これは学校での健康診断が「スクリーニング」といって、病気の疑いを見つけるものであるためです。ご理解とご協力をお願いします。



日本スポーツ振興センターの災害給付制度

学校の管理下で怪我をして、医療機関で治療を受けた場合日本スポーツ振興センターから治療費の給付を受けられる制度があります。

学校の管理下

☆授業中、休み時間、登下校中(通学路の経路)、遠足、修学旅行、クラブ活動など。

給付対象

☆初診から治療が終了するまでに、医療機関での医療点数が500点以上(窓口で1500円以上支払い)の場合。

* 保険診療以外での治療は給付されません。

(松葉杖のレンタル・歯の矯正・テーピングなど)

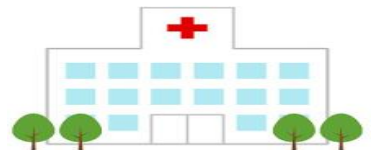
給付方法

☆学校よりお渡しする書類を病院で記入していただき、学校へ提出してください。

☆子ども医療助成制度などを利用した際の自己負担額をお知らせください。記入用紙をお渡しますので、保護者の方が記入し提出してください。

(初回の申請期限は災害発生から2年以内です。)

給付されるまで半年近くかかります。ご了承ください。



* 学校でのケガで病院に行った人は、担任の先生か顧問の先生に報告してください。まだ用紙を学校に提出していない人は出してくださいね。