

# ほけんだより がっ 5月

令和6年4月30日  
横浜市立白根小学校  
校長 海老澤 孝代  
養護教諭 森 百花



## すこ がつこう せいかつ な 少しずつ学校での生活には慣れてきましたか？

あたらしいクラスになり、1か月が経ちました。初めてのことや慣れないことが多く、自分でも気が付かないうちに体や心に疲れがたまりやすい時期です。時にはほっと一息つくような時間も大切に、5月も楽しみながら過ごしましょう。さて、今月は体や心の助けてサインについて話していこうと思います。

からだ こころ げんき す  
**体も心も元気に過ごそう！**



### からだ たす 体の助けてサイン

- 頭やおなか痛くなる
- ぐっすり眠れない
- 食欲がなくなる  
(または、食べすぎる)

など



### こころ たす 心の助けてサイン

- イライラして怒りっぽくなる
- 急に泣き出してしまう
- 気分が落ち込んでやる気が出ない

など



助けてサインが出ることは、悪いことではありません。

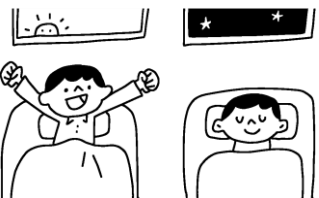
体や心が「今は元気じゃないよ。」「少し休みたい」と私たちに教えてくれているのです。

サインを無視せず、早めに体と心の調子を整えましょう。

1日9時間以上の規則正しい睡眠をとってみると、整いやすくなります。

ゴールデンウィークもあり、絶好のリフレッシュ期間です。

睡眠を通して、体と心を休めてみてください。





# けんこうしんだんかんれん 健康診断関連のお知らせ

9 (木)	しかけんしん 歯科検診	4・6年
10 (金)	ないかけんしん 内科検診	2・5年・5組低
13 (月)	にょうけんさいいちじ 尿検査一次	全学年
14 (火)	ないかけんしん 内科検診	1・4年
20 (月)	しんでんすけんさ 心電図検査	1年・昨年度欠席者
21 (火)	ないかけんしん 内科検診	3・6年・5組高
24 (金)	しりょくけんさ 視力検査	6年
		5年
27 (月)	にょうけんさいにじ 尿検査二次	全学年
29 (水)	しりょくけんさ 視力検査	4年
31 (金)	じびかけんしん 耳鼻科検診	1・4年・希望者

けんさ せつめい とぎ  
検査の説明をする時に、  
しっかりと話を聞いて  
くれる人が多く、とても  
たす 助かっています。

みなさんのご協力もあり、  
4月の健康診断は  
しゅんちよう すず 順調に進みました。  
ありがとうございます。

がつ 5月もどうぞよろしくお  
ねが 願います。

保護者の皆さまへ

健康診断の実施にご協力いただき、誠にありがとうございます。

検診の結果で所見のあったお子さんにのみ、受診のおすすめをお渡ししております。受診結果が分かり次第、学校まで受診報告書をご提出いただきますようお願いいたします。

なお、学校で実施している健康診断は“スクリーニング”という病気の『疑い』があるかどうかを見つけ出すものです。

専門医の診断や詳しい検査の結果、異常がない場合もありますことをご承知おきください。

また、現在ご家庭で受診済みのものに関しても、受診のおすすめをお渡しいたしますので、お手元に届いた際は受診中の旨を記入し、ご提出ください。

お手数をおかけしますが、よろしくお願いいたします。

## 4年生対象 希望者への色覚検査実施のお知らせ

本校では毎年4年生の児童を対象に希望者にのみ色覚検査を実施しております。すぐーるにて本日配信した『希望者への色覚検査実施のお知らせ』をご覧ください、検査を希望される方は5月17日(金)までに希望票をすぐーるにてご提出をお願い致します。

4年生以外のお子さんでも色の見え方についてご不明な点などがございましたら、学級担任または養護教諭 森までご相談ください。

# 学校病治療費援助制度のご案内

先日実施いたしました健康診断の結果、「受診のおすすめ」をお渡しします。

要保護または準要保護と認定された児童生徒については、「就学援助制度のお知らせ(横浜市教育委員会)」の「援助の種類と支給予定額」でご案内のとおり、学校病治療費援助制度が適用となる疾病があります。本制度のご利用には学校で発行する治療券が必要です。対象となる保護者の方からの申請に基づき発券いたします。発券については事前に学校へご相談ください。不明な点は、健康教育課(Tel671-3275)へお問い合わせください。

## 1 援助の対象者

要保護または準要保護と認定された、小・中・義務教育学校に在学中の児童生徒

## 2 援助の対象疾病(学校保健安全法施行令第8条により定められています)

(1) トラコーマ及び結膜炎(アレルギー性により発症した場合は対象外)

(2) 白癬、疥癬及び膿痂疹

(3) 中耳炎(急性、慢性、滲出性等の性質を問わず対象)

(4) ちくのう症(慢性副鼻腔炎)及びアデノイド

(5) う歯(保険診療の対象となる治療、調剤処方が対象)

※歯周治療等のう歯に関係のない処置については対象外です

(6) 寄生虫(虫卵保有を含む)

※上記以外の疾病に対する援助は行えません。



## 3 援助額

実費

## 4 実施医療機関

学校病治療費援助制度に御協力いただける医療機関及び調剤薬局

※必ず治療開始前に学校病治療券が使用できるか御確認ください。

## 5 必要書類

(1) 医療機関あて

(ア) 学校病治療券(学校提出用及び請求用 複写式)

(イ) 学校病治療報告書

(ウ) 医療機関あて文書「学校病治療費制度に御協力をいただく医療機関さまへ」(別紙1)

※学校病治療券(学校提出用)については、治療完了後、医療機関に必要事項を御記入いただき、学校へ御提出ください。

(2) 調剤薬局あて

(ア) 学校病治療券(院外薬局提出用)

(イ) 学校病治療報告書

(ウ) 調剤薬局あて文書「学校病治療費制度に御協力をいただく調剤薬局さまへ」(別紙2)

## 6 その他

(1) 学校病治療券は金券ですので、万が一使用しなかった場合は、必ず学校に御返却ください。

(2) 学校病治療券が使用できる期間は、小・中・義務教育学校に在学中で、かつ生活保護または就学援助の認定期間内(7月以降の認定~3月末)です。「受診のおすすめ」発行後、認定まで受診をお待たせするものではなく、お子さまのために早期受診、早期治療をおすすめします。認定前は自己負担となりますのでご承知ください。

(3) 対象疾病以外の治療には、御使用いただけませんのでご注意ください。