



令和3年  
4月26日(月)  
NO.2  
清里中学校 保健室

入学・進級してから、およそ1か月が経とうとしています。少しずつ新しい環境に慣れてきた一方で、心身の疲れが出やすい時期でもあります。そんなときにやってくのが、ゴールデンウィークです。部活動で忙しい人も多いかと思いますが、ぜひ時間を上手に使って心と体を休ませてくださいね。

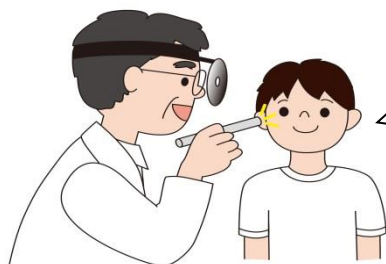


## 健康診断も、残いわずかです！

### 5月12日(水)耳鼻科検診

鼻の働きには、「呼吸をする」「においを嗅ぐ」ことの他に、冷たい空気が直接肺に入らないように、空気を温めたり湿らせたりする働きがあります。また、鼻毛によって吸い込んだ空気の中のチリやほこりを取り除きます。

耳には、音を聞くだけでなく、「体のバランスをとる」働きがあります。耳の奥にある「三半規管」というところが、体の傾きや動きなどを感じ取り体のバランスをとります。



耳鼻科検診は1年生全員と2・3年生の抽出生徒が受けます。  
検診前日には、耳掃除をして耳垢をとっておきましょう。また、鼻水が出る人は、事前に鼻をかんでおきましょう。

### 5月13日(木)眼科検診

眼科検診では、全校生徒の目の病気や目の動きの様子を調べます。

#### <検診でわかる目の病気>

アレルギー性結膜炎：花粉、ほこり、動物の毛などが原因で目のかゆみや不快感、涙や目やになどが出る。

流行性角結膜炎りゅうこうせいけつけつまくえん：ウイルス性の結膜炎。目の異物感、充血、涙目、眼やになどの症状が急に起こって悪化する。感染力非常に強い。

麦粒腫ばくりゅうしゅ：ものもらいのこと

霰粒腫さんりゅうしゅ：まぶたの中のにしこり

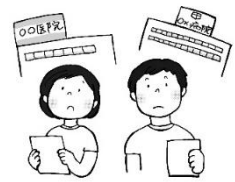
眼瞼内反症がんげんないはんしやう：逆さまつげのこと

前日は、テレビの見過ぎや、スマートフォン、パソコン、タブレット、ゲームなどのし過ぎに気をつけ、早く寝ましょう。  
検査の前に、目をこすらないようにしましょう。



裏面に大切なお知らせがあります。必ずご覧ください。

# 🌸 保護者のみなさまへ 🌸



## ～健康診断に関するお知らせ～

### ○「結果のお知らせ(受診のおすすめ)」・健診後の受診について

本日、内科検診・歯科検診・視力検査の、「結果のお知らせ」という文書を配付しました。これは、保護者の方へ結果をお知らせすると共に、医療機関への受診をおすすめするものです。今後行われる検査・検診についても、随時お知らせを配付しますので、受け取った方は早めに受診されるようお願いいたします。

#### ★すでに受診済み、または定期通院している場合は…

「結果のお知らせ」が配付される前に受診した、または現在経過観察中である(通院している)という場合は、再度受診する必要はありません。その旨を用紙に記入し、提出してください。もし、学校で配慮が必要なこと(水泳授業の制限、座席の変更等)がありましたら、その点についてもお知らせください。

### ○「My Health」の活用・提出について

清里中では、一人ひとりが自分の健康状態を把握できるよう『My Health』という健康の記録表を使用しています。全ての健診が終了しましたら生徒に配付しますので、ご家庭でご覧いただき、押印の上学校まで提出してください。

※「保健関係連絡袋」は5月14日(金)までにご返却くださいますようお願い致します。

## ～学校保健に関するお知らせ～

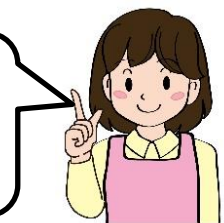
### 災害共済給付について

災害共済給付とは、お子様が学校の管理下で災害(負傷、疾病、障害、死亡)にあった際に、独立行政法人日本スポーツ振興センターから医療費や見舞金などが支払われる制度です。

#### ★「学校の管理下」とは…

授業や休み時間のほか、登下校中も含まれます。負傷・疾病では、原則的に初診から治療までの間の治療費総額が5000円以上(3割自己負担で1500円以上)の場合に給付対象になります。

申請の際には医療機関で必要書類を記入してもらう必要があります。書類は学校で用意いたしますので、医療機関を受診された場合は、学級担任か養護教諭までお知らせください。



### ご留意ください

- ・上越市の「子ども医療費助成制度」や「ひとり親家庭等医療費助成制度」との併用はできません。災害給付制度を利用される場合は、医療機関及び薬局で自己負担額の3割を支払うようお願いいたします。
- ・災害共済給付を受ける権利は、その給付事由が生じた日から2年行わないときは、時効によって消滅します。(引用…独立行政法人日本スポーツ振興センター法32条：時効)
- ・申請書類を学校に提出後、学校→上越市教育委員会→日本スポーツ振興センターの順に手続きが進んでいきますので、給付金が支払われるまで約2か月程かかります。