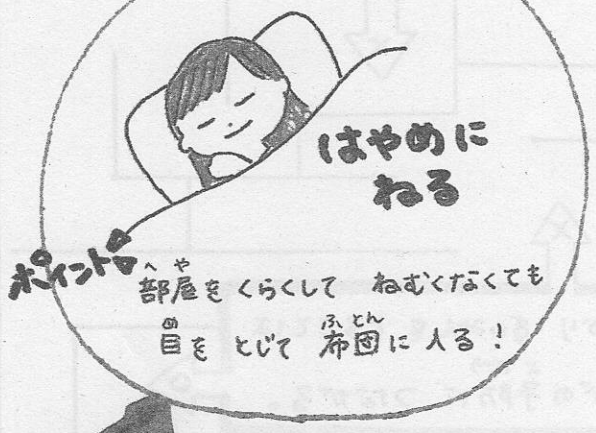
ほけんだより

2025.9.5
若草小学校
ほけんしつより

ととのえるためには
毎日のリズムが大事だよ！

夏のつかれ…
みだれた生活リズム…



からだを ととのえる ポイント

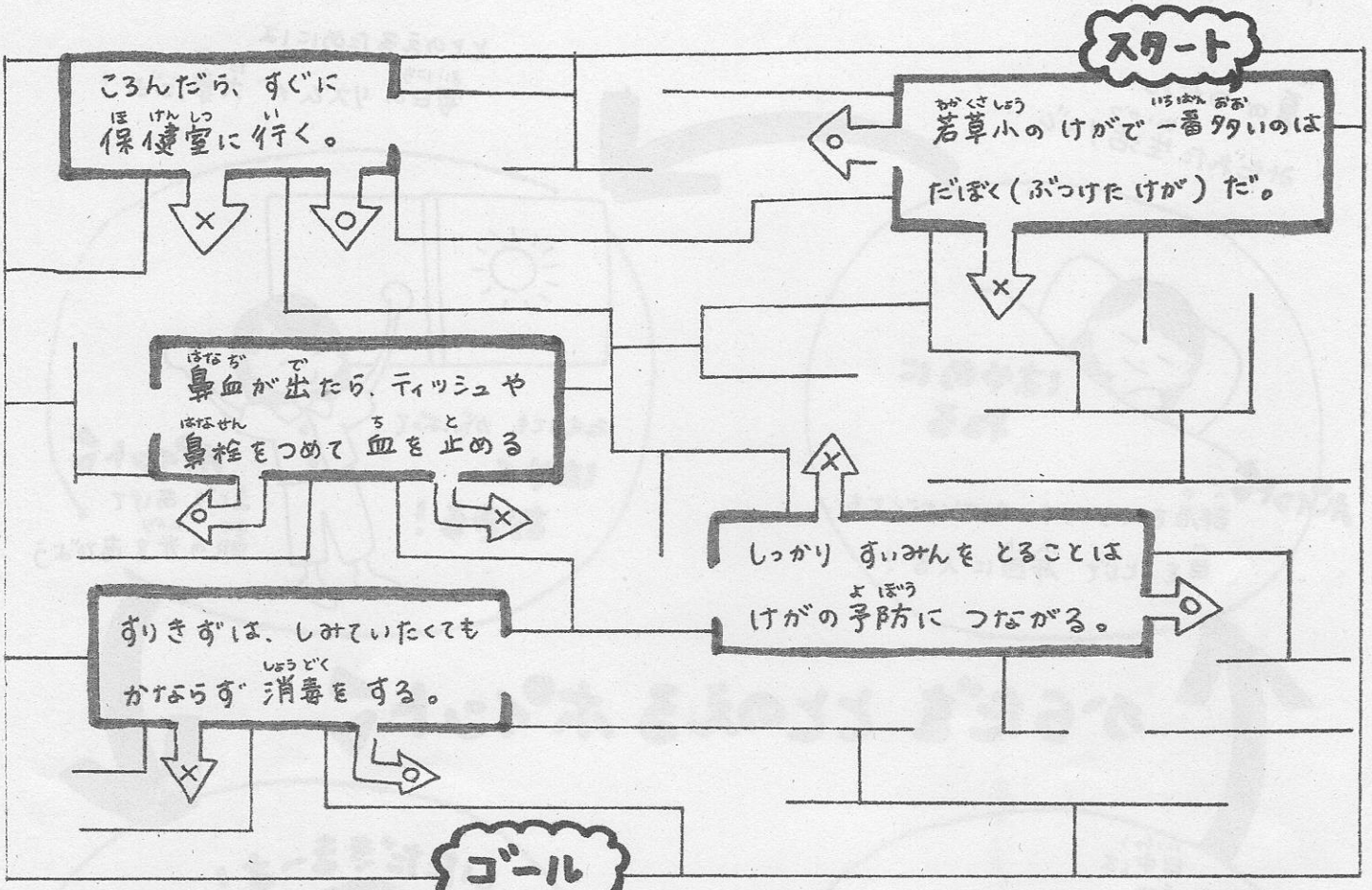
2学期がはじまって2週間がたちました。みなさんの様子を見ていると、夏休み中の生活リズムから、学校モードへのきりかえがまだあまり出来ていないように感じました。最初からがんばりすぎたり、無理をしたりしてあせる必要はありませんが、気持ちもからだもととのえていけるといいですね！

いろいろな行事があり、学習も深まっていく2学期ですが、まだまだ毎日暑い日がつづいています。みんなで声をかけあいながら、気をつけてすごしていきましょう

9月9日は救急の日！

けがの○×クイズでゴールをめざせ！

正しいこたえを選ぶと、次のクイズにすすめるよ♫



ゴールまでたどり着けたかな？保健室の掲示板にけがの手当てについて紹介しているよ！
クイズのこたえものっているから、ぜひ見にきてね!!

～保護者の方へ～

学校のけがで受診をしたら…

① 小児医療証を使用せず、保険証のみ（3割の自己負担）で医療機関にてお支払いをしてください。

↓

② 受診したことを担任に伝えてください。書類をお渡しします。

↓

③ 医療機関で書類を作成してもらい、学校に提出してください。
給付金は保護者口座へ振込となります。口座情報等を記入する振込依頼書も一緒に提出してください。

↓

④ 後日（2～3か月後）、4割分（自己負担分3割＋お見舞金1割）の給付金が支給されます。

日本スポーツ振興センターの災害共済給付金を申請することが出来ます！

- 入学時、市が掛金を負担し、全員が入っている保険です。
- 登下校時のけがも対象です
- 治療の合計が500点以下の場合は対象になりません。