

ほけんだより4が

令和5年4月12日
小木小学校 保健室

新学期が始まって1週間がたちました。休み時間には子どもたちが楽しそうに遊ぶ姿がみられ、新しい学年にもなれてきたように感じます。7日に身体計測・視力検査・聴力検査が終わりました。今後も健診が続きます。保健だよりでもその都度お知らせしていきますので、お子さんと一緒にお読みになりスムーズに健診を受けられるようご協力をお願いします。

～「健康ノート」ご記入のお願い～

- ◎健康ノート : お子さんの6年間の発育や健康の様子を記録していきます。
各健康診断の保健調査票としても使用します。
- ◎保健調査票 : 学校医によって行われる健康診断の前に、保健調査票(健康ノート)を通じて子どもたちの健康状態を把握し、各検診での診断の参考とすることで、学校での健康診断をよりの確なものとするのが目的です。

◎学年毎の該当項目をご確認の上、ご記入をお願いします。

★1～5年生

- ・表紙の裏 : 個人情報に関する項目
- ・1ページ : 既往歴・予防接種歴・アレルギーに関する項目
- ・2～5ページ : 健康調査・事前問診調査に関する項目

2～5年生は、変更があれば修正してください。

★6年生

- ・表紙の裏 : 個人情報に関する項目
- ・1～2ページ : 既往歴・予防接種歴・アレルギーに関する項目
- ・2(下)・3・12・13 : 健康調査・事前問診調査に関する項目

変更があれば修正してください。

★4～6年生 女子のみ

追加の保健調査があります。表紙の裏に別紙で挟んであります。

4月17日(月) までにご提出ください。

◎身体計測・視力検査・聴力検査の結果も合わせてご確認ください(押印不要)。

受診を勧める児童には後ほどお便りをお渡ししますので、そちらもご確認ください。

・1～3年生 : 6ページ ・4・5年生 : 7ページ ・6年生 : 5ページ

日本スポーツ振興センター加入(1~6年)と同意書記入のお願い(1年)

◎この制度は、学校の管理下で起きたけが等について給付金が支払われる制度です。

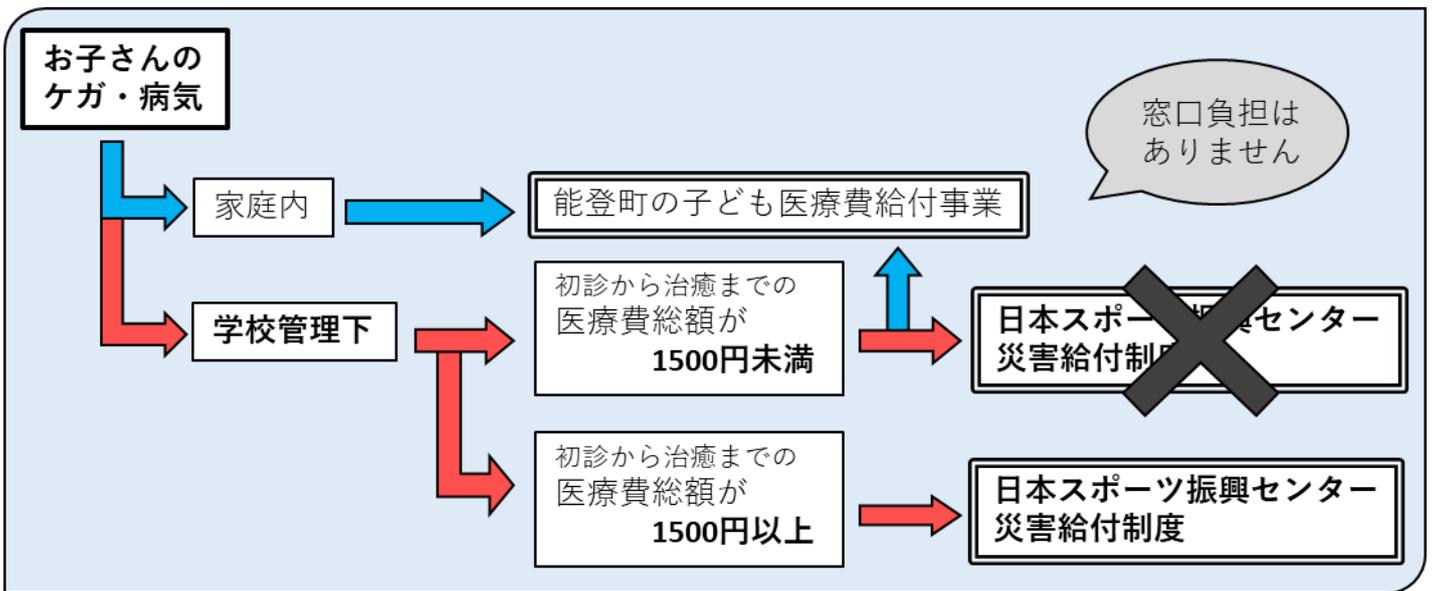
例) 登下校、授業時間、休み時間、宿泊学習など

◎給付の対象は初診から治療までにかかった医療費の総額が1500円以上の場合です。保険証利用

◎掛け金は460円です。(後日集金させていただきます。)

◎能登町には「子ども医療費給付事業」がありますが、学校の管理下で起こったけがで病院にかかる場合は、日本スポーツ振興センターの災害給付が優先となります。

★学校管理下で起こったけがで受診の際は、窓口で金額を確認し下記図を参考にされて、保護者負担または能登町の子ども医療給付事業の利用をご選択ください。



※ご不明なことがあれば学校(担当:寺山)までお問い合わせください。

【1年生のおうちの方へ】

本日、スポーツ振興センターの加入同意書を配付しました。

4月17日(月)までに提出してくださいようお願いいたします。

- 児童氏名
- 同意年月日
- 保護者氏名を記入する

(きりとり)

同意書

能登町教育委員会 殿

能登町立小木小学校

年 組 児童生徒氏名

貴教育委員会が独立行政法人日本スポーツ振興センターと締結する災害共済給付契約について、在学する間、上記児童生徒が加入することに同意します。

年 月 日

保護者又は後見人氏名

*成年に達している場合は、生徒本人が記入してください。

早寝・早起き・朝ごはん

毎日をイキイキ楽しく過ごすために、大切なものは何だと思う？
 答えは、早寝・早起き・朝ごはんなどの正しい生活リズムと習慣です。
 心と体の元気のために、生活リズムと習慣を見直してみませんか。



早寝早起きのコツ

早起きをして、朝の光をたっぷり浴びましょう。早起きした分、夜は自然に眠くなるはず。夜はゲームやスマートフォンは早めに切り上げて、ぐっすり眠りましょう。



朝ごはんを食べよう

朝ごはんを食べて、体にエネルギーをチャージしましょう。朝ごはんをおいしく食べられるように、夜食(間食)の時間や量には注意して！