

# ほけんだより



川越高校保健室

令和元年5月7日



新年度がスタートして1ヶ月が過ぎました。新しい学校、新しい学年に慣れてきた一方、忙しさや緊張で紛れていた身体や心の疲れが出てくる人もいるかもしれません。また、ゴールデンウィークで生活習慣が乱れてしまったり、部活や勉強を頑張りすぎたりとゴールデンウィーク明けは体調を崩す人が多くなります。疲れに気づかず頑張りすぎると頭が痛くなったり眠れなくなったりします。そうなる前に誰かに話を聞いてもらったり、好きなことをする時間を作りましょう。疲れたときや話を聞いてほしい時は、いつでも保健室にきてくださいね。

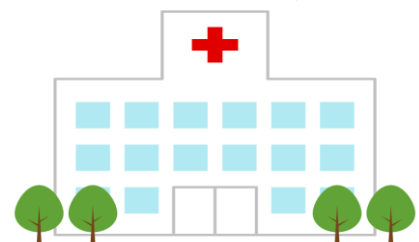
## 健康診断のお知らせ

日時	項目	対象	時間
5月 9日 (木)	検尿	全校生徒	登校後すぐ昇降口に提出
5月20日 (月)	内科検診	1年3～8組	13時30分～
5月21日 (火)	内科検診	1年1, 2組・2年2組・ 3年4, 7, 8組	13時30分～
5月23日 (木)	検尿	未提出・再検査	登校後すぐ保健室へ提出
5月30日 (木)	耳鼻科検診	1年3, 4, 7組	13時30分～
6月 4日 (火)	耳鼻科検診	1年1, 6, 8組	13時30分～
6月 5日 (水)	耳鼻科検診	1年2, 5組	13時30分～

健康診断は、法律で決められていますので、すべての人が受ける必要があります。欠席した人は、保健室からお知らせが届きます。

## 結果のお知らせについて

学校の健康診断は、スクリーニングです。学校生活で、健康上問題があるかないかを診ています。健康診断で、「結果のお知らせ」をもらった人は、病気と判断されたわけではありません。もう少し、詳しく調べる必要がある人や経過観察が必要な人です。おうちの人と相談して、病院へ行きましょう。早く病院を受診することで、治療の回数も少なく、早く治ります。病院を受診した人は、「結果のお知らせ」を保健室まで提出してください。



## 災害共済給付（スポーツ振興センター）について

学校管理下において、けがをして受診をした場合は、独立行政法人日本スポーツ振興センターからお見舞い金が給付されます。

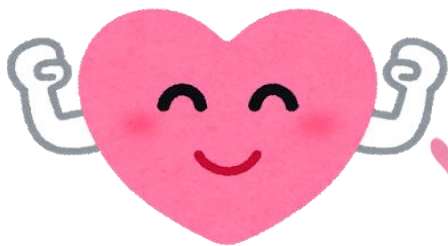
- 学校生活中、登下校、部活や遠征中、遠足、修学旅行中のけが
- 窓口の支払額が自己負担3割で1500円以上（診療点数500点以上）
- けがをした日から2年以内の請求であること



### 【申請から給付までの流れ】

• 申請書類は、大きく分けて3点あります。おうちの人に記入してもらうもの、けがをした状況を自分で記入するもの、病院や調剤薬局が記入するものがあります。すべての書類をそろえて保健室に提出してください。

- 書類がそろったら申請の手続きをします。給付金は2～3ヶ月かかることがあります。  
なにかわからないことがあれば、保健室まで



## こころと身体は疲れていませんか??

こころの天気は、変化するものです。晴れたり曇ったり雨が降り続いたり、雷や台風や吹雪もある…そんなこころの天気にとまどっている人はいませんか？

ちょっと一呼吸して、自分の気持ちを見つめ直してもいいかもしれません。困っている人は、保健室だけではなく、スクールカウンセラーの先生に相談もできます。

・・・スクールカウンセラー来校のお知らせ・・・

5月10日（金）、17日（金）、24日（金）

13時からです。誰でも相談できます。

保護者様も保健室までお問い合わせください。

カウンセラーは、太田仁先生です。

予約は 保健室まで♪

