

ほけんだより

ひだまり

新しい学年になって、1カ月がたちました。
新しいクラスにはなれましたか？はじめのうちは、
ドキドキした様子だったみんなも、少しずつ慣れてきて、
笑顔が増えてきてましたね。

ゴールデンウィークの長い休みが終わって、休み気分がぬけない人はいませんか？早ね早起きの
規則正しい生活で、しっかり学校モードに切り替えていきましょう。

令和8年5月11日
吹田市立千里第三小学校
保健室
まだまだ健康診断が続きます号



5・6月のけんこうしんだん



5月6月も、まだまだけんこうしんだんは続きます。

みんなの体を調べる大切な機会です。正しく検査が受けられるように協力をよろしくお願ひします。

日にち	けんしん 内容
5月14日(木)	耳鼻科検診(1年+抽出) 13:30~
5月20日(水)	内科検診(3年) 9:00~
5月27日(水)	尿検査2次 歯科検診(4年) 8:45~
5月28日(木)	眼科検診(1年+抽出) 13:15~
6月2日(火)	心臓検診2次 PM
6月3日(水)	歯科健診(5年) 8:45~
6月4日(木)	歯科健診(2年) 8:45~
6月11日(木)	歯科健診(6年) 8:45~
6月17日(水)	歯科健診(3年) 8:45~
6月18日(木)	尿検査最終 歯科健診(1年) 8:45~



視力検査について

4月中に教室で行った検査で1.0の指標が見えなかった人は、
保健室で視力検査2次を行っています。

眼科検診と耳鼻科検診について

1年生は全員検査をうけますが、2~6年生の対象の人には、前の日にお手紙を渡します。

★耳鼻科検診の前日には、耳そそじをお願いします



暑い？ 涼しい？

気温差に注意を！



じょうずに調節

さわやかで気持ちのいい空気の5月。でも、ちょっと体を動かすと汗をかいいたり、
朝や夜に薄着をしていると少しひんやりと感じることも…。特に昼間は日差しが出て
いるととても暑くなります。このような気候の時には、着ている服でこまめに調節し
ましょう。うすめのカーディガンやシャツを羽織ってくると気候に合わせて脱ぎ着がし
やすいので、おすすめです！

そして、急に暑くなる今の時期は、熱中症にも注意が必要です。体が暑さに慣れ
ていないので、熱中症の危険が高まります。水分補給をこまめにしましょう！

からだ・心のつかれ 大切にしたい「ひと休み」

学校生活の中で新しいことや変化がたくさんあるこの時期は、知らず知らずのうちに力が入って
たり、緊張していたりして、からだも心もつかれやすいです。「なんだか最近元気が出ないな…」なん
てことはないでしょうか。

体と心はつながっています。例えば、心がしんどくなると、頭やお腹が痛くなるなど体の症状
として現れることがあります。規則正しい食事・睡眠をとって「体のケアをする」。そして外で遊ん
だり、好きな音楽を聴くなど楽しいこと・落ち着くことで「心」をリフレッシュする。この2つを生活の中
でうまく取り入れながら過ごしてほしいと思います。

いろいろなことを「がんばるとき」と同じように、「ひと休みするとき」も大切にしてほしいと思
います。

元気が出ないときなどは保健室まで相談しにきてくださいね。

登校中のケガにご注意を!!

千里第三小学校の通学路には急な坂道がたくさんあります。毎年、登校中にたくさんのけがが発生し
ています。けがの多くは、走ってしまったときに起こっているようです。ランドセルや荷物を持った登校
中には、こけてしまっても手をつけず、顔や歯をケガする人も多います。登下校は、道に広がらず交通ル
ールを守り、歩いて登校しましょう。特に坂道は気を付けて下さいね。

スポーツ振興センターの

手続きについて



学校の管理下では、休憩時間や体育の時間など、様々な状況において「けが」をすることがあります。

日本スポーツ振興センターの災害共済給付制度とは、子どもが学校の管理下で「けが」をしたときに、保護者に対して給付金（災害共済給付）を支払う制度です。

利用の流れ

① 学校の管理下でけがをする

学校の管理下とは？

授業中・休み時間・登下校・遠足など学校長が認めている教育活動全てです。

※通常の経路を通らずに登下校した場合などは適応されません。

② 病院を受診する

対象となるけがは？

けが全般・熱中症など
医療保険診療をうけた場合で、
初診から治療するまでの、診療報酬点数が500点以上あれば申請できます。

③ 担任を通じて保健室へ連絡する

連絡帳でもかまいません。
申請に必要な書類は、お子さまを通じてお渡しします。

④ ご家庭で必要書類に記入して学校に提出

書類の提出はけがの治療が全て終わってから？

いいえ。申請は月毎に出来ます。その月の治療ごとに書類をご提出ください。

⑤ 学校から申請する

期限はありますか？

あります！
期限は給付事由が生じた日（病院受診日）から2年となっています。

⑥ 給付金が振り込まれる

いつごろ振り込まれる？

申請してから約3~4か月後に、指定された口座へ振り込まれます。振り込みが確定しましたら、お手紙でお知らせします。

★子ども医療費助成制度・ひとり親家庭医療証等を使用の場合も、申請できます。

《お渡しする書類》

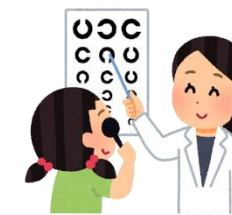


- ① 「医療等の状況」（病院で記入）毎月1枚ずつ必要です
- ② 「調剤報酬明細書」（薬局で記入）毎月1枚ずつ必要です
- ③ 「口座振込依頼書」（保護者の方が記入）捺印2カ所お忘れなく
- ④ 「医療機関での自己負担」（保護者の方が記入）領収書は不要です



※ ご不明な点は保健室までお気軽にお問い合わせください。

〈保護者の方へ〉



◎健康診断の結果について

先日より、健康診断の結果、病院での受診が必要と思われる人にはお知らせをお渡ししております。学校で行います健康診断は、すべてスクリーニング検査となっており、異常の可能性がある、または治療が必要な可能性のある人にお知らせを渡しております。そのため病院を受診した際に「異常なし」もしくは「治療の必要がない」と判断される場合もありますので、ご理解いただきますようお願いいたします。病院受診に関しては、まずご家庭の方で判断していただければと思いますが、お早目の受診をおすすめしております。

（結核検診や心臓検診など必ず受診をお願いしている検査も一部ございます。）

◎内科検診・歯科検診の欠席者検診について

吹田市では、学校の内科検診または歯科検診を欠席した児童について、後日、市内の協力医療機関で受診できる制度があります。

本校でのすべての健康診断が終了した後、欠席者には案内文を配布します。（6月下旬頃）欠席者検診の受診を希望される方は、案内に添付された「検診希望書」を学校へ提出してください。提出された方には、受診に必要な書類一式を学校からお渡しします。保護者の方が、9月末までに吹田市内の指定医療機関へ連絡し、書類を持参のうえ、対象の児童を受診させてください。

受診後は、医療機関から渡される結果を学校へご提出ください。

