

ほけんだより 10月



令和6年10月1日
こやの里特別支援学校保健室

朝夕の風が涼しくなり、秋の気配が感じられるようになってきました。
秋は、スポーツの秋、読書の秋、食欲の秋など、どんな人にも楽しみが
見つけれられる季節です。しかし、日中の暑さと朝夕の肌寒さの気温差で
体調を崩しやすくなる時期です。秋を楽しみながら、体調管理をしっかりと
行いましょう。

あなたの秋はどんな秋？



10月の保健行事

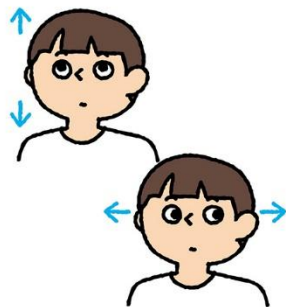


健康診断日程（状況により予定が変更になることがあります。ご了承ください。）

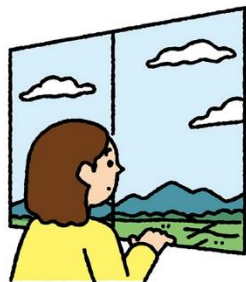
日付	項目	対象学年	時間
15日（火）	内科検診	高2	13:00～
17日（木）	内科検診（予備日）	未受検者	13:00～
療育相談（後日、申込用紙を配布します）			
30日（水）	療育相談	希望者のみ	13:30～

10月10日は目の愛護デー

知らず知らず酷使してしまっている目。普段から規則正しくすごし、目にやさしい生活を心がける
ことが大切です。またプラスαとして積極的に目をいたわる時間もとるようにしましょう。



眼球を上下左右に動
かすなどして、目の
筋肉をストレッチ。



近くを見ている時間
が続いた後は、遠く
の景色を眺める。



40℃くらいの蒸しタ
オル等で、5～10
分程度温める。



痛みや充血がある場
合は、水で固く絞っ
たタオル等で冷やす。

10月より、日本スポーツ振興センターの

給付金受け取り方法が変更になります！！

○日本スポーツ振興センター災害給付制度とは？

学校の管理下（授業中、休み時間、部活動、学校行事、登下校中など）で起きたけがや特定の疾病について、病院を受診した場合に日本スポーツ振興センターから医療費などが給付される制度です。



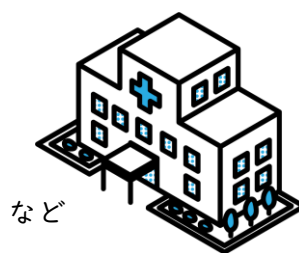
○手続きの方法は？

学校が申請手続きを行います。病院に書いていただく書類がありますので、学校管理下でのけがなどで病院を受診された場合はお知らせください。

ただし、以下の場合は給付されません。

＊初診から治療までにかかった医療費総額が500点（5,000円）以下の場合
（保険診療3割負担で1,500円以下の場合）

＊保険適用外で治療を受けた場合（漢方治療、歯の矯正など）



など

※学校管理下での事故の場合は、災害給付制度が優先されるため、福祉医療費助成制度（こども医療費助成、障害者医療費助成など）は併用せず、保険証のみの提示で受診していただきますようお願いいたします。

○給付金の受け取り方法は？

来校時に直接受け取るか、ゆうちょ銀行への振り込みかどちらかをお選びいただきます。給付の際にその都度確認させていただきます。

【直接受け取る場合】

懇談や参観日などで来校された際にお渡しします。来校予定日をお知らせください。

受け取りの際にサインをいただきます。

【銀行振り込みの場合】

今までは入学時に登録した三井住友銀行の口座に振り込まれていましたが、10月以降はゆうちょ銀行への振り込みのみとさせていただきます。ゆうちょ銀行の口座番号などをお知らせください。

なお、振込手数料は給付金から差し引かせていただきます。（1回につき146円：R6.10.1現在）

手続き開始から給付金のお渡しまで、2～3か月ほどかかります。

詳しくは実際に手続きを行う時や給付金をお渡しする時にお伝えさせていただきます。

不明な点、ご相談などがありましたら、いつでも保健室へご連絡ください✿