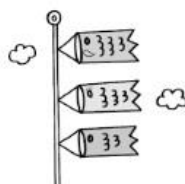


# ほけんだより はあと♡



家庭数

令和元年5月8日  
さいたま市立美園小学校  
保健室

新年度が始まって、およそ1カ月が経ちました。子どもたちも、新しい環境に少しずつ慣れてきた頃ではないでしょうか。一方で、心身の疲れが出やすい時期でもあります。無理をせず、自分のペースで進んでいきましょう。



## ～5月の定期健康診断日程（予定）～

月	火	水	木	金
7 眼科アンケート 色覚申し込み書 締切(全)	7 尿検査予備日 視力再4年	8 内科検診 1・3・5年	9 視力再1・2年	10 視力・色覚にじいろ 視力再3年 色覚4年②
13 色覚4年①	14 色覚1年①	15 耳鼻科検診 全	16 色覚1・4年以外 色覚1年②	17 心臓検診1・4年 眼科検診 全
20 	21	22 	23 歯科健診3・4年 (早川Dr.)	24 
27 尿検査2次	28 	29 	30 歯科健診1・2年 (初川Dr.)	31 

### 保護者の皆様へ

学校での健康診断は、スクリーニング検査（ふるい分け検査）のため、学校からの疾病通知は明らかに異常が認められる場合と、病気や異常の疑いがあるものについてもお知らせします。そのため、病院で詳しい検査をした結果、病気や異常がなかったということもありますので、ご理解ください。視力など、毎年のことだと思わず、定期検査として考えていただきたいと思います。学習に支障がないか、感染症ではないか、正確な判断を医療機関でしていただけてください。場合によっては、水泳や運動会の練習に参加できないこともあります。

また、「疾病通知」や「治療継続のお願い」は、医師会を通して無料で記入していただけるようお願いをしておりますが、医師会に所属していない場合や市外の病院で文書料がかかる場合もあるようです。各医療機関にお問い合わせしてください。

裏面へ



はやね はやお あさ た  
早寝・早起きをして朝ごはんを食べよう

# なぜ大切なの？ あさ朝ごはん



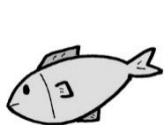
## ◎朝ごはんを食べると…？

- 体温が上がって、からだが目をさまします
- 脳にエネルギーが送られ、頭が働きます
- 腸が刺激され、うんちが出やすくなります

## ◎どんなものを食べるといいの？

①タンパク質・・・★体温を上げます！

②炭水化物・・・★脳のエネルギーになります！



さかな 魚

ほかには、とうふ、



にく 肉

ぎゅうにゅう



たまご 卵



パン

ほかには、めん、シリアルなど



ごはん

★野菜やくだものを加えると、栄養バランスのよりよい朝ごはんに！

保護者の  
皆様へ

## スポーツ振興センター災害共済給付制度について

学校管理下(朝自宅を出てから帰宅するまでの間)のけが等は、日本スポーツ振興センターからその治療費や見舞金が給付されます。さいたま市には、「子育て支援医療費助成制度」がありますが、「学校管理下」のけが等につきましては、原則としてこちらの「スポーツ振興センター災害共済給付制度」を利用してください。学校管理下でのけが等で医療機関を受診した場合は必ずご連絡ください。

### スポーツ振興センター

違いは？

### 子育て支援医療費制度

#### 学校管理下のけがや疾病を対象とした災害給付制度

##### 医療費給付の内容

期間：**初診から最長10年**

通院・入院：医療費の3割+**上乗せ1割**

医療機関窓口での支払い：あり(後日給付金を振り込み)

保証期間が長く、給付額も1割多く支給され、手厚い保証となっています

さいたま市在住で、健康保険に加入している0歳～中学校卒業までの乳幼児・児童対象の医療費助成制度。

##### 医療費給付の内容

期間：中学校卒業まで

通院・入院：医療費の3割分

医療機関窓口での支払い：なし



●今年度の掛金、460円を6月の給食費等の口座引き落とし日(6/5)に、給食費等と一緒に引き落としをさせていただきます。

ほけんだよりは、おうちの人といっしょによみましょう。