

ほけんだより



2026年2月 鴨公小

あたたかい春の白ざしが待ちどおしいですが、寒い日がもう少し続くようです。

感染症にも要注意! ゆだんをせず、引き続き予防につとめましょう。

☆保護者のみなさまへ☆

災害共済給付について

樺原市では、2024年8月～子ども医療費助成の無償化が開始されていますが、学校管理下で起こったケガについては、スポーツ振興センター災害給付の利用をお勧めしています。



その理由として、

- 給付が認められた場合は、医療費の自己負担分+1割分（計4割分）と増額し支給される。
- 医療費の支給が初診から最長10年間行われる。
- 障がいが残った場合、該当すれば障害見舞金が支給される。
- ケガをしてから2年間申請期間がある。

という手厚い保障が受けられるからです。

ただし、

- ★初診から治癒までの医療費（保険診療で3割負担の支払い）が1500円未満の場合は対象とならない。
- ★医療機関の窓口で、一旦3割を負担いただく必要がある。
- ★スポーツ振興センターを利用した場合、「子ども医療費助成」「ひとり親医療費助成」は利用できない。

など、注意が必要です。

スポーツ振興センター手続きに関しては、あくまでもお勧めであり、保護者の方の希望によります（強制ではありません）。

尚、「子ども医療費助成」や「ひとり親医療費助成」を希望される場合、スポーツ振興センターの災害共済給付は利用できず、学校からの手続きはしません。

医療費の時効は、受診した月ごとに2年となります。この期間に請求を行わなかった場合は、時効により給付が受けられなくなるので注意してください。

以上、学校管理下で起こったケガの手続きについて、ご不明な点があれば連絡くださいませう、よろしくお祈いします。



からだ さむ
体を寒さからまもる



「とりはだ」と「ふるえ」

とりはだ



熱が外へにげないように、皮ふの筋肉がちぢんで

毛穴がつよく閉じられ、ふくらんだように見えます。

ふるえ



筋肉をふるわせることによって、全身を動かして、

内側から温めようとしています。

どちらも、寒さを感じたとき脳からの命令でおこる、体を守るためのしくみです。

ただ、こうした働きにたよるだけでなく、かさね着やネックウォーマー・手袋といった物を身につけることや、栄養バランスのよい食事・十分な睡眠を心がけることで、体の中からも外からも、寒さを乗り切りましょう。

お子様の朝の様子とは？

朝の健康観察は、「見る」と「聞く」をお願いします。



表情

元気があるか
ないか



顔色

青白くないか
熱っぽさは
ないか



声

いつも通りか
しずんで
いないか



その他

食欲はあるか
トイレに行っ
たか等

