



養護教諭の森です。今年度も、どうぞよろしくお願いいたします。

## 《定期健康診断のお知らせ》

身体計測と歯科健診以外は、受診勧告の方のみお知らせを配布します。

- 身体計測            4月10日（水）5・6年生  
                          11日（木）3・4年生  
                          12日（金）1・2年生
- 視力・聴力検査    日時調整中 ※4・6年生は聴力検査を実施しません。
- 歯科健診            4月18日（木）全校生  
                          ※毎週火曜日にフッ化物洗口を実施します。昨年度実施を希望されて  
                          いない方で今年度希望されるという方は、学校までお知らせください。
- 心電図検査        4月25日（木）1年生のみ
- 耳鼻科健診        5月 9日（木）1～3年            5月23日（木）4～6年
- 内科健診          5月13日（月）1～3年            5月27日（月）4～6年
- 眼科健診          5月21日（火）全校生

大切な健診となりますので、なるべく欠席されないようにお願いいたします。

### 【健康観察等のお願い】

☆登校前に健康観察（風邪症状の有無の確認等）をお願いします。

☆欠席・遅刻をされる場合は、**朝8時まで**に電話連絡か「すぐーる」でお知らせいただけますよう  
うよろしくお願いいたします。

子ども本来の力を発揮  
できるために！！

朝ごはん・歩いて登校の大切さ

「セロトニン」とは体内で特に重要な役割を果たしている三大神経伝達物質の一つです。ノルアドレナリンやドーパミンの暴走を抑え、心のバランスを整える作用のある伝達物質で、セロトニンが不足すると精神のバランスが崩れて、やる気が起きない・攻撃性が高まる（キレやすくなる）・不登校やうつ病などに陥りやすいと言われています。

### 《セロトニンの分泌を活性化する日常生活》

- ☆朝ごはんを食べる…噛むという動作によりセロトニンが活性化
- ☆朝の光を浴びる（朝起きたらカーテンを開けよう）



1日24時間ですが、体内時計は25時間といわれています。1時間の差をリセットしてくれるのが朝の光です！

テレビ視聴やゲーム遊びによる睡眠不足は、セロトニンの分泌が抑制され、体内時計が乱れる原因につながります。

- ☆歩いて登校…体を動かすことでセロトニンが活性化



## 日本スポーツ振興センターについて

多度津町教育委員会では、町内で在学の児童生徒の不慮の事故に備えて、独立行政法人日本スポーツ振興センターと災害給付契約を結んでおります。

この制度は、学校管理下において児童がケガなどをした場合に、その程度に応じて**治療費や見舞金の給付を保護者の皆様に対して行う制度**です。



### 1 学校管理下とは次の場合です。

- ① **授業中**（特別活動を含む）
- ② 学校の教育計画に基づく**課外指導**
- ③ **休憩時間中**及び学校の定めた特定時間中
- ④ 通常の経路及び方法による**登下校中**

### 2 給付金額

医療保険を使っでの受診が原則です。  
初診から治癒までの医療費総額が 5,000 円以上(保険を使用しての本人支払額が 1,500 円以上)を支払った場合が対象となります。

### 3 給付基準

- ① 給付自由が生じた日から、**2年間手続きを行わない場合、時効によって消滅**されます。
- ② 同一の災害の負傷又は疾病についての医療費の支給は、初年から最長 10 年間行われます。
- ③ 生活保護法による保護を受けている世帯に属する児童は、医療費の給付は行われません。

### 5 共済掛金

- ① 保護者負担額は、460 円です。掛け金を納めることで、加入・更新手続きが出来ます。
- ※ **学校諸費から引き落とし**させていただきます。なお、準・要保護の世帯は、掛け金を引き落としいたしません。

### 4 給付の流れ



多度津町の乳幼児等医療費助成制度がありますが、国の公的制度的ため、できるだけ**本制度を優先**していただきますよう、よろしくお願いいたします。