

# げんきいちばん



5月の保健目標 **「生活のリズムをととのえよう」**

生活リズムの大きな「もと」は、この2つ

すいみん  
(ねること)

1日の食事  
(食べること)



毎日だいたい  
同じ時間に  
しよう!

生活リズムの「リズム」をつくるのは、これ!

何かを「楽しみにする気持ち」



自分の好きな **運動、本、遊び、おでかけ、音楽、お話、おやつ...**

それを楽しみにする気持ちがあると、自然とやる気が出て、生活リズムがととのいます。

あなたの「楽しみ」はなんですか？

楽しみを見つけて、楽しく生活しよう。



# 健康診断を行っています



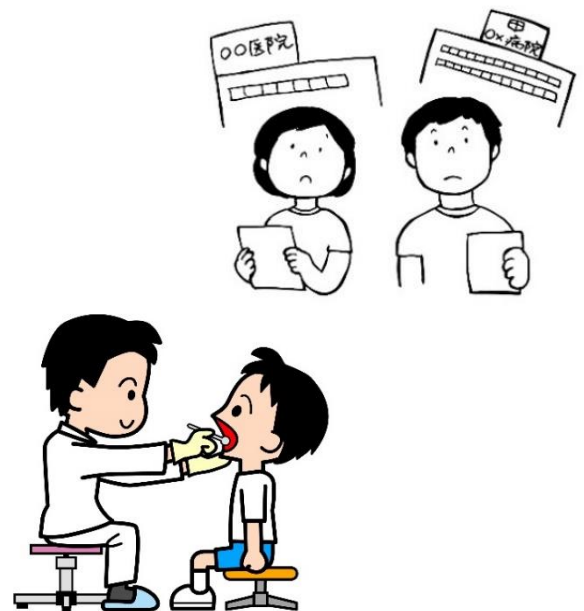
けんこうしんだん けっか けんさ ちりょう ひつよう ひと うたが ひと  
 健康診断の結果、検査や治療が必要な人、その疑いがある人には、  
 けんこうしんだんけっか し わた し ようし う  
 「健康診断結果のお知らせ」をお渡しします。お知らせの用紙を受け  
 と ば あい ようし も いりょうきかん じゅしん じゅしん  
 取った場合は、用紙を持って医療機関を受診しましょう。受診したら、  
 ようし たんにん ていしゅつ  
 用紙を担当に提出してください。

## かなら すいえいしどうまえ じゅしん 必ず水泳指導前に受診してください

しんぞうびょう ひんけつ ちゅうじえん じこうせんそく まんせいびえん ふくびくうえん せいびえん なんちよう  
 心臓病、貧血、中耳炎、耳垢栓塞、慢性鼻炎、副鼻腔炎、アレルギー性鼻炎、難聴の  
 うたが りゅうこうせいかくけつまくえん せいけつまくえん せいひ ふえん  
 疑い、流行性角結膜炎、アレルギー性結膜炎、アトピー性皮膚炎

## がつ ほけんぎょうじ 5月の保健行事

|       |                           |             |
|-------|---------------------------|-------------|
| 11(水) | しか けんしん<br>歯科健診           | もちの木、1、4、6年 |
| 13(金) | しんでんず けんさ<br>心電図検査        | 1、4年 該当者    |
| 17(火) | しか けんしん<br>歯科健診           | 2、3、5年      |
| 19(月) | がんか けんしん<br>眼科検診          | 全学年         |
| 20(金) | しか じゅんかい しどう<br>歯科巡回指導    | 5、6年 *公開授業  |
| 24(火) | にょうけんさ じ かいしゅう<br>尿検査2次回収 | 該当者         |



## にほん しんこう さいがいきょうさいきゅうふせいと 日本スポーツ振興センター災害共済給付制度について

学校の管理下でのけが等に関して、保護者へ医療費の給付を行うものです。掛け金のうち460円は5月の振替日に南彩農協新和支店の保護者口座より、振替集金をさせていただきます。

給付の対象になるのは、医療機関や薬局での窓口支払いの合計が1500円(500点)以上の場合です。学校の管理下でけがをして医療機関を受診した際は、担任にお知らせください。所定の用紙をお渡しします。

さいたま市の制度である「子育て支援医療費助成制度」よりも、この「日本スポーツ振興センター災害共済給付制度」を優先して使っていただきます。そのため、学校でのけがで医療機関を受診する際は、学校でのけがであることを伝え、窓口で現金(3割負担)をお支払いください。学校から申請した後、お見舞金1割を上乗せした4割の給付金を受け取ることができます。

\* 学校の管理下とは…通常の通学路を通過の登下校中、授業中、休み時間中、遠足、修学旅行 など