



ほけんだより

令和8年度 南郷小学校



新学期がはじまって、約1か月ちょっとがたちました。勉強や係・委員会の仕事…いっしょうけんめいがんばっている皆さんの姿、きらきらしていてもステキです😊4月にたくさんがんばった分、疲れが出やすいのが5月です。心と体を「ほっ」と休けいさせる時間を作ってあげましょう。

丘の子みんなで「元気な子」をめざそう！

今年度、南郷小学校では校訓にもある「考える子」「美しい心の子」「元気な子」を合言葉として、一人ひとりが自分の目指す「なりたい子」に向かって挑戦していきます。その1つである「元気な子」になるためのヒントを、これからほけんだよりでお届けしていきます★

どんな状態のことを「元気」と言うでしょう？

「体」と「心」の両方がニコニコ😊している状態のことを「元気」と言います。体と心はつながっています。体調が悪い時、いつもならできることもがんばれませんよね。体・心どちらもニコニコ元気だと、いろんなことにパワー全開で挑戦していけるのです。

体が元気な状態

たいちょう
バッチリ！

けがをしないで
あんぜんにあそぶ



心が元気な状態

たのしい！わくわく！
まえむきパワー！

いろんなことに
ちょうせん



体も心も「元気」にするため、なにができるでしょう？

1番大切なのは、生活リズム（早ね・早起き・メディアコントロール）を整えることです。体が強くなりカゼなどをひきにくくなるほか、心もおちつくので、嫌なこと・苦手なこともはね返しやすくなります。

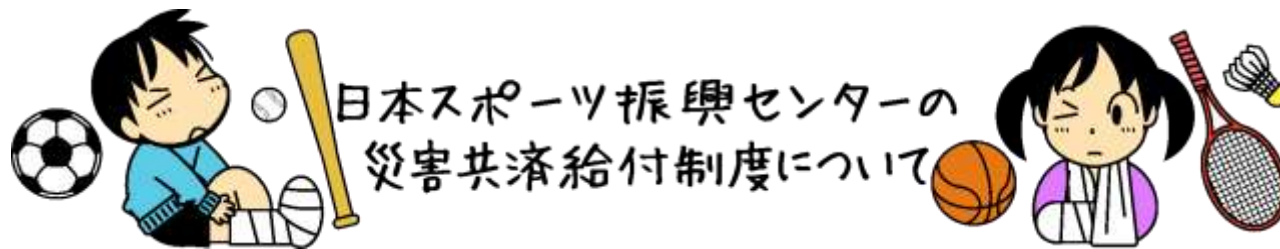
でも、元気になるための方法は人それぞれ。「これに気を付けると体が元気になる！」「こうすると心がわくわくする！」というものを見つけて、みんなに紹介して元気の輪を広げていきましょう★

前期健康委員会、がんばります！



丘の子のみなさんが「わくわく笑顔」になり、健康について勉強できるような活動を企画していきます！
5月は、先生たちのことをよく知り、もっと仲良くなって学校を楽しめるようにするため「先生クイズ」を行います★さっそくの活動ですが、協力してがんばる姿がとってもステキな7人です🌸





「災害共済給付制度」は、学校の管理下で児童、生徒の災害（けがや食中毒、熱中症などの病気、障害、死亡）が発生したときに、医療費や障害見舞金などの給付を行う、国・学校の設置者・保護者の三者の負担による互助共済制度です。

学校の管理下とは??



例えば...



どんな場合に給付を受けることができますか？

学校の管理下での傷病であり、初診から治ゆまでにかかった医療費の総額が5,000円以上のもの。(病院への支払金額が1,500円以上のもものが該当します。)

加賀市には子ども医療費助成制度があるのに、どうしてこの制度を利用するのですか？

日本スポーツ振興センターの制度を利用すると、

- ① 自己負担分3割に見舞金1割が上乗せされ、**計4割**が手元に返ってきます。
- ② 長期の通院が必要な場合、給付金や見舞金を**最長10年**受け取ることができます。
- ③ 障害が発生した場合は②に加え障害見舞金等を受け取ることができます。

給付を受けるための手続きについて

- ① 受傷した当日もしくは受診した後、学校より必要な書類が入った右の封筒を渡します。封筒の中には、(1) 手続きに関する説明書 (2) 保護者の方に書いていただく書類 (3) 主治医に書いていただく書類入りの封筒の3点が入っています。受診の際、主治医には(3)の封筒を提出し、医療点数等の証明を受けてください。すぐに書いていただけるとは限りませんので都合を確認してお願いしてください。



(3)については、傷病・受診した病院によって必要書類が異なる場合がございます。特定の書類の提出を依頼された場合は、学校までお知らせください。

- ② 主治医が記入した書類と、保護者が準備した書類を学校に提出します。その後学校から加賀市を通し「独立行政法人日本スポーツ振興センター」へ申請します。
- ③ 審査のうえ給付金額が決定後、加賀市を通して給付金が支給され、保護者の口座へ振り込まれます。(給付までは2～3か月ほどかかります。ご了承ください。)
- ④ 病院や薬局の領収書は後日、給付金と一緒にお返しします。紛失した場合でも請求可能ですので、その旨を学校へご連絡ください。

加入方法・共済掛金の額について

4月にお知らせしました通り、学校で一括して申し込み、全員が加入します。今年度の共済掛金の金額は920円です。うち¥460は市負担、**残り¥460が保護者負担**となるため、5月の学級集金より徴収させていただきますのでご了承ください。