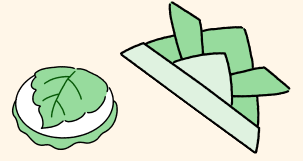


保健だより 5月

2026.5.1
新座市立第二中学校
保健室

今月の保健目標 病気の予防と治療をしよう よい姿勢を心がけよう



新しい学年が始まり、1か月が経ちました。少しずつ新しい環境に慣れてきた頃でしょうか。一方で、知らないうちに心や体の疲れがたまりやすい時期でもあります。

5月は寒暖差が大きく、体調を崩しやすい季節です。また、連休で生活リズムも乱れがちです。早寝・早起き・朝ごはんを意識して、元気に学校生活を送りましょう。

5月は健康診断がたくさんあります



健康診断は、自分の体の成長や健康状態を知り、病気の早期発見や予防につなげるための大切な機会です。4月には、身長・体重の測定、視力検査、聴力検査（1・3年生）、内科検診（1年生・若葉）を実施しました。5月には歯科健診、眼科検診等たくさんの健康診断を実施予定です。検診の結果、受診をおすすめするお知らせを受け取った場合は、できるだけ早めに医療機関を受診し、その結果を学校へご提出ください。自分の健康に関心を持ち、生活習慣を見直すきっかけにしましょう。

SCHEDULE

- 13日（水） 内科検診（2年生）
- 14日（木） 歯科健診（全学年）
- 15日（金） 眼科検診（全学年）
- 18日（月） 心臓検診（1年生）
- 19日（火）・20日（水） 尿検査（全学年）
- 20日（水） 内科検診（3年生）
- 27日（水） 耳鼻科検診（1年生・2年生）



歯科健診当日は朝の歯みがきを忘れずに。
尿検査は9時までに提出しましょう。



心の声に
耳をすまして

やる気が出ない

食欲がない

集中できない

体がだるい

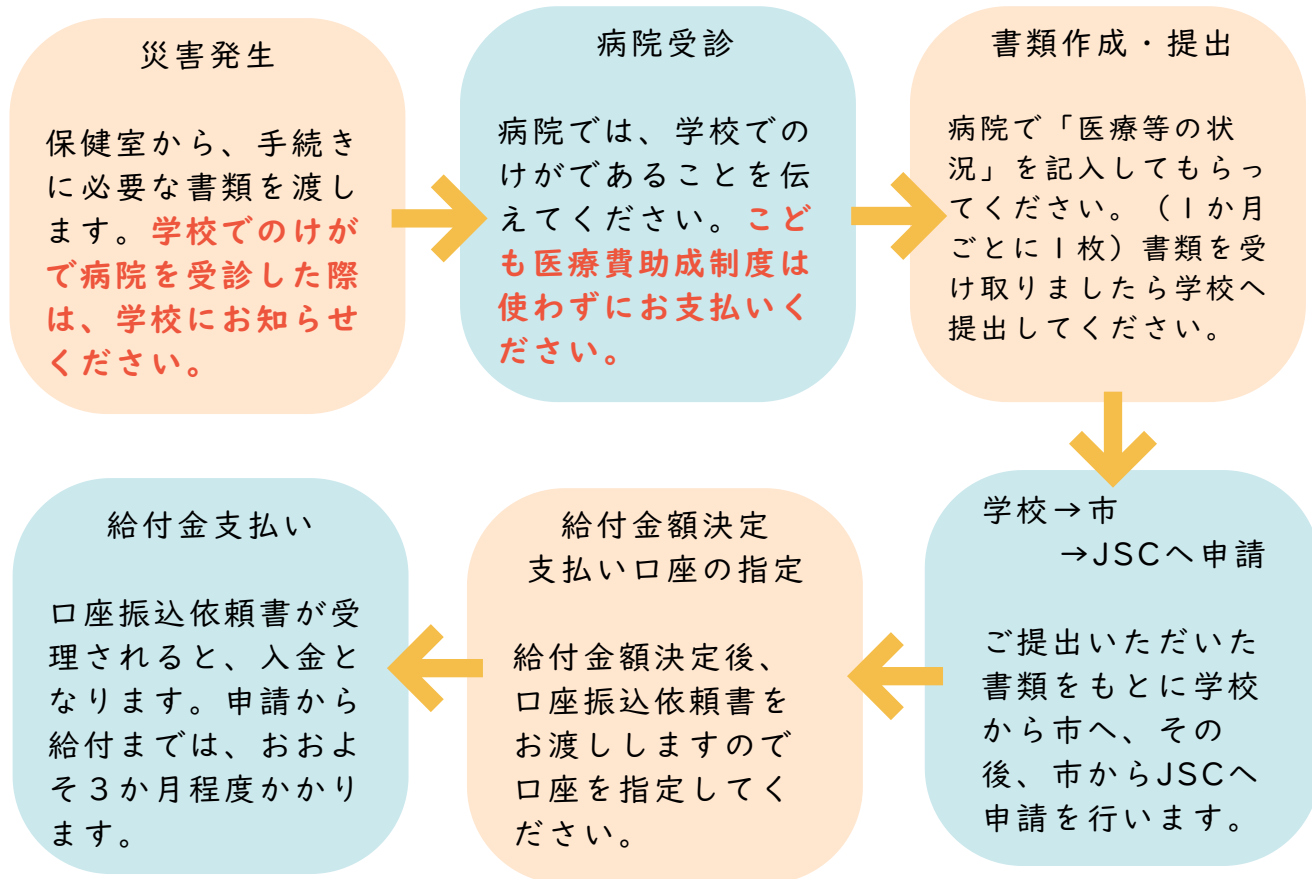
どれも心の不調のサインかもしれません。本当につらくなる前に、ゆっくり寝たり、気分転換をしたり、たくさん笑ったりして、たまったストレスを解消しましょう。



独立行政法人日本スポーツ振興センターの災害共済給付制度

学校管理下でけがをした場合は、独立行政法人日本スポーツ振興センター（JSC）から、医療費や見舞金の給付を受けることができます。給付額は、自己負担分（3割）に加え、見舞金（1割）が上乗せされた金額です。登下校中や授業中、部活動中などにけがをして受診した際は、申請が必要です。手続きの流れをご紹介します。

給付までの流れ



【病院受診について】

- ・初診から治療までの合計代金（薬局での支払いも含む）が5,000円以上のものが給付対象です。
- ・健康保険適応外の受診は給付対象になりません。

【書類について】

- ・保健室から渡す用紙は「医療等の状況」、「調剤報酬明細書」、「災害・事故報告書」です。他に必要な書類がある場合や、用紙が足りなくなった場合は保健室に取りに来てください。

【時効について】

- ・受診した月から2年間請求を行わなかった場合、時効により給付が受けられなくなります。

詳しくは添付してあるお知らせをご覧ください。
申請の際、ご不明点がありましたら養護教諭までお問い合わせください。



日本スポーツ振興センター災害共済給付制度について

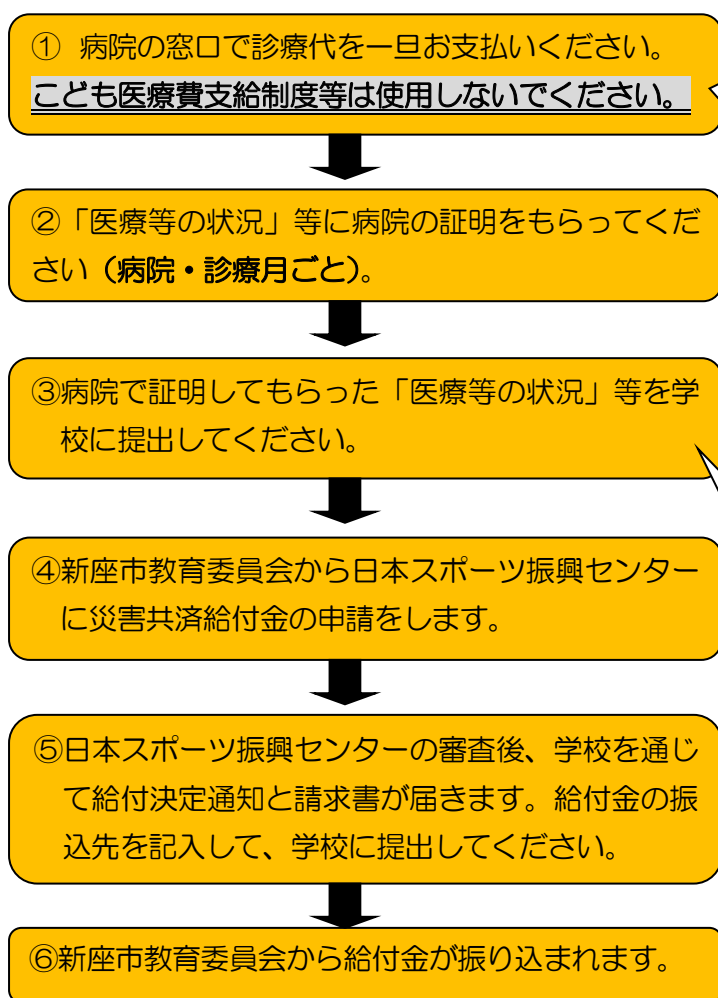
～ 保 護 者 様 ～

災害共済給付制度は、学校管理下において児童生徒が災害にあった際に、その治療費や見舞金等を保護者の皆様に対して給付する制度です。保険診療分の額が、1つの災害（初診から治癒まで）につき、500点（5,000円）以上のものが給付対象です。

学校管理下における災害の場合は、災害共済給付制度の対象となりますので、こども医療費支給制度等は使用しないでください。一旦窓口で診療代の支払いが生じますが、給付決定された後に、見舞金と併せて給付されます（※保険診療自己負担分3割+見舞金1割分）。

受診した病院又は薬局で、学校からもらった証明書（「医療等の状況」・「調剤報酬明細書」等）に証明をもらい、学校に提出してください。下記流れのとおりの手続きが完了次第、給付金が支払われます（おおよそ3ヶ月程度の時間がかかります）。

給付までの流れ



御注意！

給付対象：保険診療分の額が、1つの災害（初診から治癒まで）につき、500点（5,000円）以上のものです。

※初診の保険診療点数（10割）が500点（5,000円）未満でも、今後も診療が続く場合は、500点（5,000円）以上になる可能性がありますので、一旦病院に診療代をお支払ください。

御注意！

同じ災害での怪我等の医療費の支給期間は、初診日から、最長10年間です。また、受診月の翌月11日から2年間請求を行わなかった場合、「月ごと」に時効となりますので、御注意ください。

- ※ 保険外診療は給付対象外です（例：特定療養費、差額ベッド代、文書料、松葉杖のレンタル代等）。
- ※ ひと月あたりの外来・入院にかかる保険点数（10割分）、治療用装具代等が、7,000点を超える場合は、別途「高額療養状況の届」を提出してください。
- ※ ひと月あたりの保険診療の費用が高額になった場合、健康保険の「高額療養費制度」の対象になることがあります。その際は、災害共済給付制度からは、高額療養費相当分を差し引いた、自己負担限度額に見舞金1割を加算した額が支払われます。

なお、高額療養費の請求方法等については、各健康保険にお問い合わせください。

学校管理下での災害は、こども医療費支給制度等は使用せず、

日本スポーツ振興センター災害共済給付で申請してください。

学校管理下での怪我・疾病

例) 授業中、休み時間中、始業前などの特定時間中、部活動や林間学校等、学校の教育計画に基づく課外指導中、通常の経路及び方法による通学中、学校給食等による中毒等

学校管理下以外での怪我・疾病

例) 放課後一旦帰宅後、再び学校に行き校庭で遊んでいた時、登下校中に通学路を外れた時、下校中寄り道をして公園等で遊んでいた時、交通事故などの第三者加害行為、素因的疾患によるもの、学校での活動と傷病の因果関係が不明な時 等



初診から治癒までの保険診療点数 10 割 (診療、調剤、柔道整復等) の合計が 500 点(5,000 円)以上ですか。
※窓口負担額(保険診療のみ)が 1,500 円以上

こども医療費支給制度等の対象です。
こども医療費支給制度について御不明な点がありましたら、新座市役所 こども給付課までお問い合わせください。

新座市役所 こども支援課
TEL048-424-9620 (直通)

はい



いいえ



災害共済給付の対象です。
こども医療費支給制度等は使用しないでください。

病院の窓口で一旦診療代のお支払いをし、学校からもらった「医療等の状況」等に病院の証明をもらい、学校に提出してください。

こども医療費支給制度等の対象です。

※ただし、今後も診療が続く場合は、500点(5,000円)以上になる可能性がありますので、病院の窓口で、一旦診療代をお支払ください。

※領収書は、災害共済給付が決定するまで保管しておいてください。



問合せ先

新座市教育委員会学務課保健給食係

電話 048-477-6972(直通)