



2024 年 12 月
初芝富田林中学校
初芝富田林高校
保 健 室

「冷えは万病のもと」といわれるくらい、体が冷えると様々な不調を引き起こします。冬を元気に過ごすためにも、体を温める「温活」を毎日の生活に取り入れてみましょう。



日本スポーツ振興センターの手続きについて

～4 月に案内しましたが、再度お知らせいたします～

学校管理下における災害で医療を受けたときに、医療費総額が 5,000 円 (500 点) 以上 (窓口負担額ではありません。) で手続き可能です。

※公費負担医療制度を利用した場合は、窓口負担額が 0 円の場合もありますが医療点数によっては手続き可能です。

登下校中や授業中、部活動等で怪我をした場合は、保健室で必要な書類を受け取り、手続きを行ってください。手続きに必要な専用の申請書類は保健室で渡しています。

(注意事項)

- ・病院に受診した日より2年経過すると、時効となり医療費の請求ができません。
- ・申請書類は月毎に必要です。月をまたぐ場合は、その旨を知らせてください。
- ・書類を提出する際、氏名・生年月日・傷病名・診療開始日等の確認をしてください。
- ・給付が確定すれば、本校事務局より振り込み等についての連絡があります

書類が手元にありましたら保健室まで提出お願いします

もっと!

家族のおしゃべりタイム!



最近、家族でおしゃべりしていますか? 勉強や習い事で忙しいし、ゲームをしたり動画を見たりする時間も欲しいし、「家族とわざわざおしゃべりする時間なんてないよ～」と思うかもしれません。でも、本当にそれでいいのかな?

何も、難しい話をする必要はありません。今日、学校であったこと、クラスで流行っている遊びなど、夕食のときに話すだけでも OK。逆に、家族の話聞いてあげるのもアリです。家族の会話は「大切に思っているよ」とお互いに伝え合うことにつながります。

保護者の方へ

～インフルエンザ、新型コロナの出席停止期間について～

インフルエンザにかかった場合は**発症した後 5 日を経過し、かつ、解熱した後 2 日を経過するまで**、新型コロナウイルス感染症にかかった場合は**発症した後 5 日を経過し、かつ、症状が軽快した後 1 日を経過するまでは出席停止になります。**



インフルエンザの場合 (例: 3 日目に解熱した場合、4 日目に解熱した場合)

	発症日	1 日目	2 日目	3 日目	4 日目	5 日目	6 日目	7 日目
3 日目に解熱した場合		発熱	発熱	解熱	解熱後 1 日目	解熱後 2 日目	登校 OK	
4 日目に解熱した場合		発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後 1 日目	解熱後 2 日目	登校 OK

新型コロナの場合 (例: 4 日目に症状が軽快した場合、5 日目に症状が軽快した場合)

	発症日	1 日目	2 日目	3 日目	4 日目	5 日目	6 日目	7 日目
4 日目に症状が軽快した場合		有症状	有症状	有症状	症状軽快	症状軽快後 1 日目	登校 OK	
5 日目に症状が軽快した場合		有症状	有症状	有症状	有症状	症状軽快	症状軽快後 1 日目	登校 OK

真夜中に 年末年始に 突然の体調不良…そんなときは?

年末年始、医療機関がお休みの日に限って発熱したりケガをしたりする子どもたち。いざというときのために、電話で相談できる連絡先があります。



例



#8000

子ども医療でんわ相談

休日・夜間に受診などの判断を迷ったとき、小児科医師・看護師に相談できます。全国统一の短縮番号です。

#7119

救急安心センター事業

急なケガや病気で救急車を呼ぶかどうかの判断に迷ったとき、専門家からアドバイスを受けられます。

※お住いの地域によっても異なりますので、調べておうちでも貼りだしておくのがおすすめです。