

保健だより

5月

令和3年5月
No.1
飾磨工業高校
全日制保健室



保健室の岸根です。
今年度もよろしく
お願いします！
保健だよりは5月
スタートになりましたが、毎月発行予
定ですので、ご覧
ください。

お世話になる。

内科：おがさ内科 小笠貴司先生
眼科：ささ眼科クリニック 笹尾 晋先生
耳鼻科：瓦井耳鼻咽喉科医院 瓦井康之先生
歯科：藤原歯科クリニック 藤原 正先生
薬剤師：長谷川英昭先生

学校医の先生です

令和3年度健康診断の予定		
4月22日(木)	内科検診	1年次
5月19日(木)	尿検査	全員
5月27日(木)	内科検診	3年次
6月1日(火)	眼科検診	1年3・4組、3年次
6月2日(水)	耳鼻科検診	1年次
6月3日(木)	内科検診	2年次
6月4日(金)	尿検査(再)	該当者
6月8日(火)	眼科検診	1年1・2組、2年次
6月9日(木)	耳鼻科検診	3年次
6月10日(木)	歯科検診	3年1・2・5組
6月17日(木)	歯科検診	3年1・2・5組
6月23日(水)	耳鼻科検診	1年次

健康診断が大切な理由は

①自分の成長のようすを知る
②病気や異常を早く見つけることができる
③自分のからだに興味をもつきっかけになる
④健康の目標づくりに役立つ

各検診後に配布する「結果のお知らせ」を受け取ったら、必要な場合は、なるべく早い機会に専門医を受診して治療や相談等を受けてください。経過観察の場合は、様子を見ていただき症状がある等必要な際は受診してください。受診の際は、お知らせの用紙を持参し、結果を「診断結果」欄に記入していただき、「受診報告書」を学校に提出してください。

★忙しい等の理由で未受診の生徒が多々います。自分の健康の大切なことです。時間の使い方を考えてみてください。

キャンパスカウンセリングのご案内

5月・6月の予定

- 5月26日(木) 13:15~16:15 (大西先生)
- 5月26日(木) 13:30~16:30 (船引先生)
- 6月11日(木) 13:15~16:15 (船引先生)
- 6月17日(金) 13:15~16:15 (大西先生)
- 6月24日(金) 13:15~16:15 (船引先生)

無料です。お気軽に安心してご利用ください。
ご希望がございましたら、担任または保健室へご連絡ください。TEL: (079) 235-1951



思春期に「悩み」はつきもの！
「悩むこと」は成長のきっかけ！

日本スポーツ振興センター災害共済給付について

※障害見舞金及び死亡見舞金の給付金額は、令和元年度から改定しています。

給付の対象となる災害の範囲と給付金額		給付金額
負傷	その原因である事由が学校の管理下で生じたもので、療養に要する費用の額が5,000円以上のもの	医療費 ・医療保険並の療養に要する費用の額の4/10(そのうち1/10は、療養に伴って要する費用として加算される分) ただし、高額療養費の対象となる場合は、自己負担額(所得区分により限度額が異なる。)に療養に要する費用の額の1/10を加算した額 ・入院時食事療養費の標準負担額がある場合は、その額を加算した額
疾病	その原因である事由が学校の管理下で生じたもので、療養に要する費用の額が5,000円以上のものうち、文部科学省令で定めるもの ・学校給食等による中毒・ガス等による中毒・熱中症・溺水 ・異物の嚥下又は吸入による疾病・漆等による皮膚炎 ・外部衝撃等による疾病・負傷による疾病	
障害	学校の管理下の負傷又は上欄の疾病が治った後に残った障害(その程度により第1級から第14級に区分される。)	障害見舞金 4,000万円~88万円 (通学(園)中の災害の場合2,000万円~44万円)
死亡	学校の管理下において発生した事件に起因する死亡及び上欄の疾病に直接起因する死亡	死亡見舞金 3,000万円(通学(園)中の場合1,500万円)
	突然死 ・運動などの行為に起因する突然死 ・運動などの行為と関連のない突然死	死亡見舞金 3,000万円(通学(園)中の場合1,500万円) 死亡見舞金 1,500万円(通学(園)中の場合も同額)

- JSCが給付する医療費は、医療保険(健康保険、国民健康保険など)の被保険者又は被扶養者として受けられる療養を対象とし、その療養の費用の額は医療保険の定めに従って算出された額を基準として算定されます。上表では、これを「医療保険並の療養」と表記しています。
- 上表の「療養に要する費用の額が5,000円以上のもの」とは、初診から治ゆまでの医療費総額(医療保険でいう10割分)が5,000円以上のものをいいます。(例えば、被扶養者(家族)である者が病院に外来受診した場合、通常自己負担は医療費総額の3割分となります。)
- 同一の災害の負傷又は疾病についての医療費の支給は、初診から最長10年間行われます。
- 災害共済給付を受ける権利は、その給付事由が生じた日から2年間行わないときは、時効によって消滅します。
- 災害共済給付の給付事由と同一の事由について、損害賠償を受けたときは、その金額の限度において、給付を行わない場合があります。
- 他の法令の規定による給付等(例: 条例に基づく乳幼児医療助成)を受けたときは、その受けた限度において、給付を行いません。
- 生活保護法による保護を受けている世帯に属する義務教育諸学校及び保育所等の児童生徒に係る災害については、医療費の給付は行いません。
- 高等学校、高等専門学校及び高等専修学校の生徒又は学生が自己の故意の犯罪行為により、又は故意に、負傷し、疾病にかかり、又は死亡したときは、当該医療費、障害又は死亡に係る災害共済給付を行いません。ただし、当該生徒又は学生が、いじめ、体罰その他の当該生徒又は学生の責めに帰することができない事由により生じた強い心理的な負担により、故意に負傷し、疾病にかかり、又は死亡したときは、この限りではありません。
- 高等学校、高等専門学校及び高等専修学校の生徒又は学生が自己の重大な過失により、負傷し、疾病にかかり、又は死亡したときは、当該障害又は死亡に係る災害共済給付の一部を行わない場合があります。

給付金の請求方法 <医療費の場合>

保護者	医療機関等で医療費の証明(「医療等の状況」等)を受け、学校等へ提出します。
提出 ↓ ↑ 支払	
学校	けがの発生状況の報告書(「災害報告書」と医療費の証明(「医療等の状況」等)を設置者に提出します。
提出 ↓ ↑ (支払)	
設置者	管内の学校分を取りまとめて、けがの発生状況の報告書(「災害報告書」と医療費の証明(「医療等の状況」)等をJSCの担当事務所へ提出します。
請求 ↓ ↑ 支払	
JSC	提出された書類を審査の上、給付額を決定し設置者を通して保護者へお支払いします。

※保護者の方へのお願い
「医療等の状況」などを医療機関などに証明していただくに当たっては、医師、歯科医師、薬剤師、柔道整復師、鍼灸師の皆様の特例の配慮によりご協力をいただいております。
なお、「医療等の状況」などを持参してもその場で書いただけられない場合もありますことを、ご了承ください。

◎学校管理下でケガをして受診した人は、保健室(岸根)まで報告しに来てください。必要な書類をお渡しします。体育授業等で配慮が必要になった場合は、各自で担当教諭へ報告してください。

「支援先につなぎたい」「悩みを相談したい」ときは

こころもメンテしよう <https://www.mhlw.go.jp/kokoro/youth/>

24時間子供SOSダイヤル 0120-0-78310

いのちの電話 0120-738-556 チャイルドライン 0120-99-7777

子どもの人権110番 0120-007-110

ひょうごっこ SNS 悩み相談





保健委員さん 2-2 杉岡くん、2-3 廣田くんが書いてくれました！

感染リスクが高まる『5つの場面』

飾磨工高 Ver.

場面1. 登下校中

- 登下校中は、たくさんの人と会うため、感染のリスクが高まる。
- 電車などで登校する際にとっても密になるため、感染のリスクが高まる。

場面2. 昼食の時間

- マスクなしに近距離で会話をすることで、飛沫感染やマイクロ感染での感染リスクが高まる。



場面3. 外出中

- 車やバスで移動する際の車中での過ごし方の注意が必要。



場面4. 授業中

- 狭い空間での共同生活は、長時間にわたり閉鎖空間が共有されるため感染のリスクが高まる。

場面5. 休み時間

- 休み時間に入ると、気の緩みや環境の変化により、感染リスクが高まることがある。

人との接触を減らす10のポイント

緊急事態宣言中、誰もが感染するリスク、誰でも感染させるリスクがあります。新型コロナウイルス感染症から、あなたと身内の人の命を守るよう日常生活を見直してみましよう。

- ① ビデオ通話で
オンライン帰省



- ② スーパーは1人
または**少数**で
すいている時間に

- ③ ジョギングは
少数で公園は
すいた時間、
場所を選ぶ



- ④ 待てる買い物は
通販で



- ⑤ 並ぶときは
ソーシャルディスタンス
を保つ



- ⑥ 食前には**手洗い**、うがい
こまめに**消毒**



- ⑦ 筋トレやヨガは
自宅で**動画**を活用



- ⑧ 飲食は
持ち帰り、**宅配**も



- ⑨ **換気**をする



- ⑩ 会話は**マスク**を
つけて



3つの密を避けましょう

1 換気の悪い
密閉空間

2 多数が集まる
密集場所

3 間近で発声をする
密接場所