

# ほけんだより

大麻小学校

【No. 4】2026. 5. 1

## 5月になりました つかれは出ていませんか？

あたらしい学年がくねんになって1か月げつがたとうとしていきます。この時期じきはあたらしい生活せいかつにも少しすこずつなれて、きんちょうがとけるため、つかれが出て体調たいちようをくずしやすいときでもあります。

ゴールデンウィークはケガけがや事故じこに気きをつけながら、体からだとところをゆっくり休やすめてくださいね。

がんばりすぎてない？

## 休やすむサインを見つめよう

こころのサイン	からだのサイン
<input type="checkbox"/> イライラする	<input type="checkbox"/> つかれが取れない
<input type="checkbox"/> やる気 <small>き</small> が出ない	<input type="checkbox"/> 頭 <small>あたま</small> やお腹 <small>なか</small> が痛い
<input type="checkbox"/> 不安 <small>ふあん</small> やきんちょうがある	<input type="checkbox"/> お腹 <small>なか</small> がすかない
<input type="checkbox"/> 学校 <small>がっこう</small> に行きたくない	<input type="checkbox"/> 夜 <small>よる</small> ねむれない

あてはまるものがあつたら、それは心こころや体からだが「休やすんで！」と教おしえてくれている大切たいせつなSOS。肩かたの力ちからを抜き、のんびり過すぎず時間じかんをとってリフレッシュしよう。



保護者ほごしやのみなさまへ

## 災害共済給付制度について

災害共済給付制度とは、お子さんが「学校の管理下」でケガなどをした際、独立行政法人日本スポーツ振興センターから給付金が支払われる制度です。

### ▲給付対象となる「学校の管理下」の範囲

各教科授業、部活動、学校行事、休み時間、登下校中など

### ▲給付対象となる「災害」の範囲

負傷（捻挫、骨折など）、疾病（食中毒、熱中症など）、障害（負傷・疾病で後遺症が残った場合）、死亡



※詳しくは本日、江別市教育委員会からお配りされた文書をご確認ください。

※学校の管理下でケガをして病院を受診し、申請される場合は書類をお渡します  
のでお知らせください。

※スポーツ振興センターには時効があります。受診した月から2年間請求を行わなかった場合、給付が受けられなくなります。昨年度、用紙を受け取り、申請予定でまだ書類を提出されていない方は、早めに書類をご提出ください。

## まだまだ続きます 健康診断



### 今後の日程

5月15日(金)尿検査(一次) 全学年

5月29日(金)心臓検診 1年生のみ

6月3日(水)耳鼻科検診 3年生のみ

6月5日(金)尿検査(二次) 対象者のみ

6月17日(水)内科検診 1~3年生、よつば

6月26日(金)眼科検診 4年生のみ

6月30日(木)内科検診 4~6年生