



ほけんだより



令和7年1月9日
川口市立戸塚小学校
保健室

今年も一年、元気 にすごそう

新しい年が始まりました。今年はどんな年になるか、ワクワクしますね。勉強やスポーツをがんばったり、友だちと楽しく遊んだりするために、こんなことに気をつけましょう。

- ・1日3食、栄養バランスのよい食事をとる
- ・適度な運動をして体力をつける
- ・夜はぐっすり眠る
- ・早寝早起きする
- ・感染症予防を心がける
- ・上手にストレスを解消する
- ・「つかれたな」と思ったら、早めに休む



心も体も元気いっぱい毎日をすごせるよう、自分で自分の健康を守りましょう。



○発育測定があります。

1・2年生→1月15日(水)
3・4年生→1月14日(火)
5・6年生→1月10日(金)
くすのき →1月14日(火)



○「戸塚っ子けんこう貯金」があります。

対象:全校児童

期間:1月14日(火)~1月18日(土)
提出:1月20日(月)



むし歯治療のご協力あいがとうございます

むし歯の治療状況

もし歯をなしそうな人
もし歯の人

はやくむし歯を
なそうね



保護者の方へ

～必ずご確認を！災害共済給付制度～

災害共済給付制度は、お子さんが学校生活（学校の管理下）でけがなどを負った際、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

- 各教科授業や遠足、修学旅行、掃除など特別活動中
- 部活動、林間学校、臨海学校など学校の教育計画に基づく課外指導中
- 業間休み、昼休み、始業前、放課後
- 登校中、下校中
- 学校外での授業、集合・解散場所への経路など
- 学校の寄宿舎にあるとき



負傷（捻挫・骨折など）や疾病（熱中症など）では、原則的に初診から治癒までの医療費総額が5,000円（本人負担分1,500円）以上の場合に給付対象となります。申請の際には受診した医療機関による証明が必要です。詳細については担任または養護教諭にお問い合わせください。