＊＊＊　河内町立かわち学園　保健室だより　＊＊＊

すこやかに

6月号　R7．6．2

梅雨の時期も近づき、蒸し暑い日や肌寒い日があり、体調不良を訴える子が増えています。

暑さに慣れていないこの時期にも熱中症になってしまう可能性があります。規則正しい生活（早寝、早起き、朝ごはん）をして、暑さに負けない体づくりをしていきましょう。また、疲れた時には、無理をせずゆっくりと休むようにしてください。一人一人が暑さ対策をしっかり行い、ジメジメした梅雨を乗り切りましょう。

スクールソーシャルワーカー（SSW）に相談してみませんか？

スクールソーシャルワーカー（SSW）は
学校生活・家庭生活の困りごとや悩みを聞いて
一緒に考えて、解決をささえていく福祉の専門職です

解決のために、いろいろな場所やたくさんの人と協力して仕事をします

ふ
く
し

左の"ふくし団子"　右に言葉がつづきます

ふ　だんの
く　らしの
し　あわせ

Good health and well being

みなさんの「ふ」だんの「く」らしの「し」あわせ
ウエルビーイングな状態（心と体が良好であること）ささえる
スクールソーシャルワーカーです

スクールソーシャルワーカー

スクールカウンセラー（SC）は心の専門職
スクールソーシャルワーカー（SSW）は福祉の専門職
どんなことでもお気軽にご相談ください

スクールソーシャルワーカー
（社会福祉士　公認心理師　保育士）

スクールカウンセラー・発達相談・スクールソーシャルワーカー（SSW）の来校日、実施日についてお知らせです

＜臨床心理士 来校日＞	＜スクールカウンセラー 来校日＞	＜SSW 実施日＞
7月10日(木)	6月13日(金)、27日(金) 7月18日(金)	6月 2日(月)、9日(月)、 16日(月)、30日(月)

希望者は

発達相談に関しては 特支コーディネーターに	スクールカウンセラーに関しては 養護教諭に	ＳＳＷに関しては 生徒指導主事に

日本スポーツ振興センター「災害共済給付制度」とは！

日本スポーツ振興センターの「災害共済給付制度」は、学校にいる間や登下校中、校外学習中に起こった事故がもとで、けがや疾病が発生した際に、その**医療費（薬代も含む）**や**見舞金**を**給付金**として**保護者に支払う制度**です。

手続きが簡単で、掛け金は半額を河内町が負担します。保護者負担額は、**４６０円**となります。

＊災害共済給付契約について、**在学中は、**加入することにすでに同意していただいています。

＊共済掛金（460 円）の集金は、口座引き落としさせていただきました。

学校でけがをして病院にかかった時は・・・

学校管理下のけがについては、日本スポーツ振興センター災害給付の対象となります。

＊「学校管理下」の範囲には、部活動及び登下校中も含まれます。

＊　対象となるけがは、初診から治癒までの医療費総額（医療保険で言う１０割分）が５０００円以上のけがです（保険証を使っての支払額が１５００円以上のものです）。

＊　保険診療外の治療は対象になりません。（例）歯の矯正や漢方医療など

＊　整骨院での保険診療も対象になります。

＊　病院で書いてもらった用紙を学校に提出してから給付金のお渡しまで２か月から３か月かかります。

＊　１か月毎に書類の提出が必要になりますので、月をまたいでの治療時は養護教諭までお知らせください。

6月4日～10日は
歯と口の健康週間

できているかな？ 正しい歯のみがき方

せっかく毎日歯みがきをしていても正しいみがき方ができていないと、みがき残しが多くなって口の中でむし歯菌が増えてしまいます。次の４つを意識してみましょう。

- 軽い力でえんぴつ持ち
- こきざみに動かす
- 歯ブラシの毛先を歯の面にあてる
- 鏡を見ながらみがいて、みがき残しをチェックする

気になる 口臭 原因は…？

友だちと話している時など、自分の口臭が気になったことがある人もいるかもしれません。

口臭の主な原因は、舌の上の「舌苔」。舌苔とは、口の中のはがれ落ちた古い細胞や、細菌、食べカスなどがたまって白い苔状になったものです。

舌苔がたまる原因の１つが、食べ物をよくかまないこと。唾液にはこれらのゴミを洗い流す働きがありますが、食事の時によくかまないと唾液の量が減って十分に洗い流せなくなり、舌苔がたまりやすくなります。

舌の掃除方法

もしも舌苔がたまってる人は、次の方法で掃除してみましょう。

1. 鏡を見ながら舌を思い切り外に出す
2. 舌苔がたまっている場所に歯ブラシをあて、奥から手前に10回ほど優しくかき出す

【健康診断の結果について】

健康診断終了後、随時、結果のお知らせを配付しています。異常または疾病の疑いがあった場合は、専門医を受診していただくよう、よろしくお願いいたします。

なお、視力検査・内科検診・尿検査につきましては、異常があった人のみ結果を配付しました。結果のお知らせがお手元に届いていない方は「異常なし」となります。