



2025.10. 3 札幌市立琴似小学校 保健だより No.8

10 月に入り朝晩の気温が下がってきました。涼しくなるにつれて風邪をひいて体調を崩す人も増えていきます。小学校では、新型コロナウイルス感染症・マイコプラズマ肺炎・溶連菌感染症・百日咳にかかったと連絡をいただいています。百日咳は、市内でも流行していることが報道されていました。雨・風の強い日は、体温調節ができるように脱ぎ着できる上着を着せて、登校させてくださいますようお願いいたします。

## 色覚の健康相談について

2 年生を対象に申し込み制で健康相談を実施する予定になっています。今年度は 10 月から実施の予定です。病院で詳しく調べていただいた方がよい人にも、結果のお知らせをお渡しします。ほかの学年でも、色の見え方を調べてほしい場合は、学校までご連絡ください。

## スポーツ振興センターについて

☆学校では、保護者の方に掛け金を負担していただいて「スポーツ振興センター」に加入しており、5 月に掛け金を徴収しています。学校でけがをして病院にかかったときなどに、医療費の給付を行っています。授業中・遠足・宿泊行事・休み時間・通常の経路での登下校など、朝学校へ登校してから家に帰るまでの間で起きたけがについて、医療費を請求することができます。

☆保険証を使って治療を受けたとき、医療点数合計が500点になったら請求できます。子ども医療助成制度等を使用している場合でも、請求することができます。（医療点数に応じて支給金額が決定します。）

☆けがが起きてから2 年を過ぎると、請求することができなくなります。

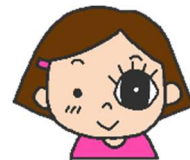
☆医療費を請求したいという場合は学校までご連絡ください。その際、いつ、どこで、どのようなけがをして病院を受診したのかをお伝えください。よろしくお願いいたします。

☆学校以外の場所でけがをしたときには、PTA 共済会で医療費の請求ができます。

☆ご不明点は小学校の養護教諭にお問い合わせください。

## 目の「見え方」の確認をお願いします

10月10日は目の愛護デーです。今、子どもの近視は増加傾向にあり、小学生で4割 中学生で6割が1.0未満の視力とされています。<sup>\*注</sup> 生活環境が変化し近くを見る作業の増加、外遊び時間の減少に加え、スマホ、ゲームの機械などを長く見ることが近視の原因の一つになっているとされています。見えないことから生活に支障が出ているケースもあるかもしれません。



学校では、健康診断終了後、視力については、左右の目のどちらか一方がB(0.9-0.7)以下(矯正視力のための検査をした人も同様です)の場合は「結果のお知らせ」を渡しています。今年度全校で256人に「結果のお知らせ」を渡しています。そのうち、135人が、眼科に行き検査を受けた、または定期的に受診しているなど、学校に連絡書を提出してくださっています。

学校医の眼科検診のとき、先生が子どもの眼の健康に関するリーフレットを持ってきてくださいました。小学生の間は、視力低下が進行しやすい時期だそうです。**子どもの視力低下を確認するとき、目を細める、物に近付いてみるなど**の行動の様子から判断する事ができます。

保健室前の掲示板には、視力によってどう「見えるか」について見え方の違いがわかる写真を貼って、子どもたちに今自分の見え方を知ってもらえるようにしています。ご家庭でも、子どもたちの目の見え方を一度ご確認ください。

<sup>\*注</sup> : 学校保健統計調査 R5 を参照しています。

公益社団法人 日本眼科医会 HP では、目の健康について動画やコンテンツを紹介しています。子どもと一緒に見ることができる短い動画もあります。興味のある方はどうぞご覧になってみてください。



日本眼科医会 子どもの目・  
啓発コンテンツ ページ

