

# ほけん だより

令和5年10月19日(木)  
練馬区立関中学校  
保健室

インフルエンザや新型コロナウイルスの感染が心配されますが、都内では『咽頭結膜熱（プール熱）』の流行も警戒されています。咽頭結膜熱（プール熱）は特別な治療法やワクチンはなく、原因となるアデノウイルスにはアルコール消毒も効きにくいことから、流水・せっけんによる手洗いが重要と言われています。また、手洗いの後に衣服等で手を拭いては、感染症の予防効果がありません。毎日、清潔なタオルやハンカチを学校に持ってくるようにしましょう。

## プール熱（咽頭結膜熱）ってどんな病気？

夏かぜのひとつで、アデノウイルスの感染によって起こる病気です。プールでの接触やタオルの共用により感染することもあるので「プール熱」と呼ばれることもあります。2～14日ほどの潜伏期間を経て発症します。症状は3～5日で良くなりますが、治った後も、ウイルスが排出されるので注意が必要です。



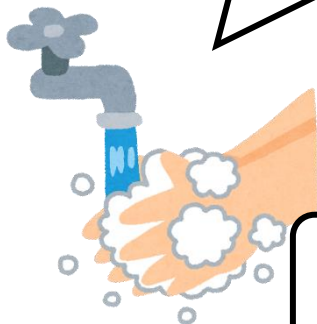
**主な症状**

- 結膜炎**  
目やにや涙が出て赤くなる
- その他**  
リンパ節がはれる  
食欲がなくなる
- 発熱**  
38～40℃の高熱が3～5日間くらい続く
- 頭痛**  
頭が痛くなる
- のどの痛み**  
炎症により、のどが真っ赤になり、痛くなる

出席停止期間：主な症状が消退した後2日を経過するまで。

## 予防するためには

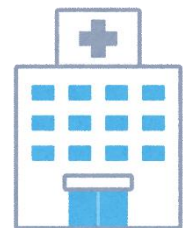
流水・せっけんでの手洗い



清潔なタオル・ハンカチ使用  
\*他の人と共有しないこと



症状がある人は、咳エチケット（マスク着用）と、早めの受診をお願いいたします。



出典：心のからだの健康(2023.9)、健学社

裏面に続きます。

# 災害共済給付制度について

保護者のみなさまへ

災害共済給付に係る医療費の請求について

学校(園)又は通学(園)中のケガ等の  
医療費は  
**2年以内**にご請求ください!

受診した月から**2年間** 請求を行わなかった場合は、**時効**により給付が受けられなくなります。

全部請求した  
かしら?

よくある請求遅れの理由

先生に書類を  
送ったかな?

「医療等の状況」  
を医療機関等に  
証明いただいで  
いない

初回の給付を  
受けたが  
継続分は未申請

全ての治療が  
終了した後に  
まとめて  
請求しようと思  
っていた

※医療費は「月ごと」に時効が発生します。

「請求していないかもしれない」と思ったら  
まず、学校(園)にご相談ください

本チラシは災害共済給付制度(医療費)における時効に関する概要をお知らせしています。  
「災害共済給付制度」の詳細については、日本スポーツ振興センターのホームページをご覧ください。

JAPAN SPORT  
https://www.jpnsport.go.jp/anzen/

学校の管理下で怪我をした場合は、『災害共済給付金』を申請することができます。(総医療費が5,000円以上の場合)

医療証を使用して、医療費の自己負担がない場合でも、総医療費の1割分が支給されます。

過去の負傷であっても、申請を希望する場合や、申請したかどうか不明な場合は養護教諭までお問い合わせください。申請には、有効期間があり、期限を過ぎると申請は行えませんので、ご注意ください。

※通常、申請(書類提出)後から2~3か月でお子様の給食口座に医療費の入金を行います。申請を行った(書類提出を行った)にも関わらず、入金のお知らせがない場合にも養護教諭までお問い合わせください。お手順をおかけしますが、何卒よろしく願いたします。



## アレルギー食材を自己除去している方へ

毎月

**献立**

内容の確認をお願いいたします。



毎月配布される『給食だより』の裏面には献立表が載っています。食物アレルギーがある場合は、献立名・食品名を必ず確認してください。学校での除去食対応を行っていない場合も、アレルギーの原因となる食品を誤って口にしないよう、献立表の内容の確認をよろしく願いたします。

