

# 保健だより 12月



R7.12.18 甲府商業高等学校 保健室

気が付けば、今年も残り2週間ほどになりました。2学期は紫紺祭や甲商デパート、運動会など様々な行事があり、日々が忙しく過ぎていったと思います。また、インフルエンザの変異株の影響もあり、本校でもインフルエンザが大流行しました。年末年始は人との接触が増えるため、まだまだ油断は禁物です。しっかり対策をして、よいお年をお迎えください。

感 染 症 注 意 報

自分も  
まわりも

健康に  
過ごすための  
10のアクション



ポイント1

ウイルスを寄せ付けない

感染源になるウイルスなどは目に見えません。空気中に漂っていたり、気づかないうちに手についたりしています。換気で外へ逃がす、手洗いで洗い流すなどのアクションを。



ポイント2

免疫を高める

もともとみなさんに備わっている免疫力を高めれば、ウイルスが体に入ってしまった後も外に追い出したりやつつけたりしてくれます。



ポイント3

うつらない・うつさない

他の人から感染するリスクを高める行動や、自分が感染してしまったときに人にうつす危険のある行動は避けましょう。



感染経路別

冬に気をつけたい

病気の例

覚えておきたい4つの感染経路

飛沫感染

せきやくしゃみなどで飛び散った飛沫に含まれたウイルスなどを吸い込む

接触感染

ウイルスなどがついたものに触れた手で自分の鼻や口に触れる

空気感染

空気の流れに乗って漂うウイルスなどを吸い込む

経口感染

ウイルスなどがついたものを口にする

飛沫・接触感染

- ☒ 新型コロナウイルス感染症
- ☒ インフルエンザ
- ☒ 溶連菌感染症 など



空気・飛沫・接触・経口感染

- ☒ 感染性胃腸炎 (ノロウイルス) など



## 保護者のみなさまへ ～日本スポーツ振興センターの申請について～

本校では入学時、すべてのご家庭に【日本スポーツ振興センター災害共済給付制度】へのご加入をお願いしております。この制度は、学校の管理下（登下校時、授業中、部活動中など）における災害（負傷、疾病、傷害など）が発生した場合、申請いただくことで医療費が給付されるものです。なお、申請には2年間の時効があるため、不利益とならないよう、申請のご相談等はお早めをお願いいたします。

### ◆ すでに関係書類をお持ちのご家庭へ

前述の通り、申請は災害発生日から2年間と決められており、月ごとに時効が発生します。現在、関係書類をお渡し後、提出のないご家庭が多数ございます。書類は揃ったものから、適宜提出をお願いいたします。また、年度を跨ぐと申請処理が煩雑になるため、今年度の発生した災害については、今年度中に初回の申請ができるよう、書類のご準備・ご提出にご協力をお願いいたします。

### ● 継続して治療中のご家庭へ

お手元に医療機関からいただいた書類がございましたら、お早めにご提出ください。また、用紙に不足がございましたらお渡ししますので、お子さまを通して保健室までご連絡をお願いいたします。

### ◇ これから申請をお考えのご家庭へ

申請には必要書類を揃えていただく必要がございます。書類は保健室からお渡ししますので、保健室までお問い合わせください。「対象となるか不明」などのご相談も、保健室にてお受けいたします。お気軽にお問い合わせください。

## 日本スポーツ振興センターに関するよくある質問や注意事項

- 給付額は保険診療の場合、医療費総額の3割に、1割を加算した額となります。医療費総額とは実際の支払い額ではなく、保険適用前の100%の医療費を指します。なお、申請から給付までは、おおよそ3か月程度かかります。
- 相手のいる交通事故は、基本的に給付対象外となります。警察や保険会社にご相談の上、損害賠償等の請求手続きを行ってください。
- 子ども医療助成制度等を使用して窓口負担がなかった場合でも、お住まいの自治体が認めていれば日本スポーツ振興センターとの併用は可能です。この場合の給付額は、自己負担額（なければ0円）＋医療費総額の1割となります。
- 治療用装具（サポーター等）は、医師の指示により購入したものに限り給付対象となります。松葉杖のレンタル代・個人の判断によりスポーツ用品店等で購入したもの・医師以外の指示（柔道整復師等）で購入したものは対象外となります。
- 内容の確認をスムーズに進めるため、学校へ書類を提出される際には、領収証の添付（コピー可）にご協力をお願いいたします。