

ほけんだより

冬休み特別号

令和7年冬休み特別号 清風学園

冬休みのすごし方で注意してほしいこと

●夜ふかしに注意

テレビや動画、ゲームなどのしすぎで、寝るのがおそくなりがちです。

●運動不足に注意

寒いからと外であまり遊ばないと、運動不足になりがちです。

●食べすぎに注意

パーティーのごちそうなどで、つい

つい食べすぎてしまいがちです。

●感染症に注意

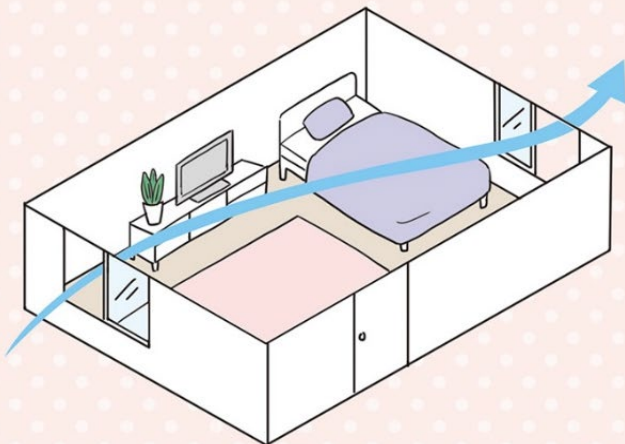
かぜやインフルエンザ、新型コロナなどがはやるときなので、手洗いをす
る、えいよう・すいみんをしっ
かりとるなどが
大切です。



冬の部屋の環境を整えよう

かぜやインフルエンザなどの感染症を防ぎ、元気に過ごすために、次のことに注意しましょう。

- 換気をする
(空気が流れるように、「2か所・2方向・対角」を意識して、窓やドアを開ける)
- 適度な湿度を保つ
(加湿器を使う、ぬれたタオルを室内に干す)
- 眠るときは、部屋を暗くする



保護者の方へ

ご請求、忘れていませんか？
いざというときのために知っておきたい

災害共済給付制度



災害共済給付制度とは？

学 校で起こったケガなどで受診し、一定以上の医療費を支払った場合、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ます。これを「災害共済給付制度」といいます。もちろんケガがないことが一番良いですが、いざというときのために知っておいていただくと安心です。

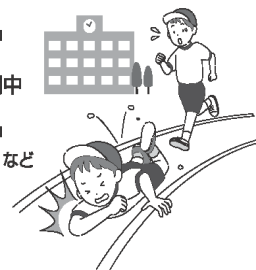
- 医療費** 学校の管理下で生じ、医療費の総額が5,000円以上のケガ・疾病
- 障害** そのケガや疾病が治った後に後遺症が残る場合
- 死亡** 学校管理下での事件や疾病などに直接起因する場合



*健康保険が適用される治療のみ対象

学校管理下でのケガなどが対象です

- 学校の授業中
- 部活動中
- 修学旅行中
- 休憩時間中
- 大掃除の時間
- 登下校中
- 放課後(下校前)

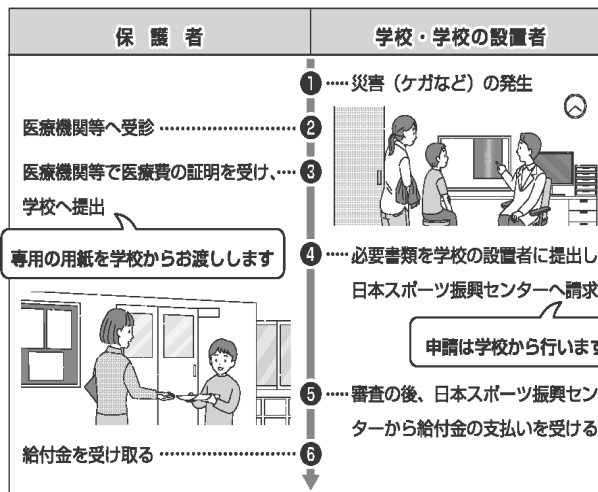


たとえば... こんなケガが対象です

- 授業中に はさみや彫刻刀などでケガをした
- お昼休みに 遊具から落ちた
- 通学中に 自転車で転んだ

受給までの流れ

たとえ条件を満たしていても、申請をしなければ給付金は支払われません。



*申請からお支払い完了まで、3カ月程度かかります

*自治体の医療費助成制度等を利用する場合は給付金額が変わります

注意 請求には時効があります

医療機関等を受診した月から2年間請求を行わないと、給付金が受けられません。必要書類のご提出は、余裕をもってお願いいたします。

例 令和6年5月に受診→
時効の起算日は令和6年6月11日。
2年後の令和8年6月10日までに日本スポーツ振興センターへ書類が到着している必要がある

こんなケースに注意

初めに申請しておけば良いと勘違いしていた



継続して通院する必要がある場合、初回だけではなく医療機関にかかったら毎月申請する必要があります。

すべての治療が終わったら請求しようと思っていた



同一災害による継続治療は、初診から最長10年間支給を受けられますが、月ごとに2年で時効が発生します。

医療機関等での証明がとれていない



用紙を持っていても医療機関の状況等によってはその場で書類を書いてもらえないこともあります。

ご協力
ありがとう
ございました

保育所等への通園時や学校行事等における 児童・生徒等の保険資格の確認方法

※これまで修学旅行等の学校行事や部活動の遠征等において、児童・生徒の保険証の写しを持参させる取扱いが一部行われている

事前の準備

※マイナ保険証の持参が難しい場合、①②いずれかを使用

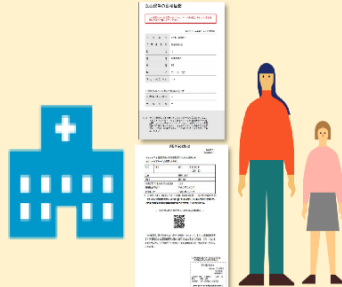
①医療保険の 資格情報のPDF



②資格情報のお知らせ またはその写し



医療機関・薬局



保育士等または教員等の引率者が
医療機関・薬局に同伴し
①②いずれかで受診

※保護者が児童・生徒等を医療機関・薬局に連れて行く場合はマイナ保険証を提示



←厚生労働省より

【マイナ保険証の利用登録がない場合】

保育所等や学校で資格確認書の写しを預け
医療機関・薬局に提示することで保険診療・保険調剤を
受けることが可能



提出方法は以下、3パターンの内いずれかとなります。

※対象者には提出用紙（ピンク）を配付しました。すでに提出済みの方は提出不要となります。

①医療保険の資格情報

「医療保険の資格情報」とは？

「医療保険の資格情報」は
自身が加入している保険者名や
保険者番号等が記載されたもので
マイポータルから確認・取得する
ことができます

印刷方法
(P.6)→



医療保険の資格情報	
この画面の内容では確認できません。マイナ保険証と合わせて医療機関・薬局の受付に提出してください。	
保存日時: 2025年1月1日時点	
保険者名	XX健康保険組合
保険者番号	03000000
年齢	1
性別	0300000
姓	佐藤 花子
氏名	佐藤 花子
本人・家族の別	本人
70歳以上の方は後発高齢者医療の加入者	
年齢別加入区分	-
有期期間	-

✓ 1枚目のこの部分のみでOK

マイナ保険証を利用する登録が済んで
いる場合、自身のスマートフォンに
PDFファイルで保存したり
印刷したりすることが可能なため
医療機関・薬局でカードリーダーの
不具合があった場合や
保育所・学校等に医療保険の資格情報
を提出する際に活用できます

※保育所等への通園時・学校行事等において
は、「医療保険の資格情報」のみの提示で
使用可能（通常はマイナ保険証と併せて提示）

②資格情報のお知らせ

「資格情報のお知らせ」とは？

「資格情報のお知らせ」は
自身が加入している保険者名や
保険者番号等が記載されたもので
勤務先や自治体から郵送等で
通知されているものです

資格情報のお知らせ			
記号	000	番号	00000000
氏名	佐藤 太郎	性別	00
年齢	70歳以上(のみ記載)	交付年月日	令和5年0月0日
有効期限	令和5年0月0日	有効期限	令和5年0月0日

保育所等や学校においては
事前に原本または写しを預け
保育士等が医療機関・薬局に提示する
ことで保険診療・保険調剤を受けること
が可能です

※保護者が児童生徒等を医療機関・薬局に連れて行く
場合はマイナ保険証を提示

←この部分のみでOK

来年度も同様の方法にて、新しい用紙をお配りし、回収させていただきます。
今年度ご提出いただきました分は、始業式頃に返却させていただきます。

修学旅行等の学校行事や部活動の遠征等



マイナ保険証の
利用登録がある

マイナ保険証の
利用登録がない

※マイナ保険証の持参が難しい場合は…

- ①「医療保険の資格情報」のPDFファイルを
ダウンロードor印刷したもの
- ②「資格情報のお知らせ」原本または写しを持参が提出

「資格確認書」の写しを持参または提出

マイナンバーカードを健康保険証として利用登録していない方は、こちらの「資格確認書」が自動的に交付されています。

「資格確認書」とは？

「資格確認書」は自身の保険資格を確認できるようなので
マイナンバーカードを取得して
いない方やマイナンバーカードを
健康保険証として利用する登録を
済ませていない方に自動的に
交付されます

項目	内容	有効期間	年月日
都道府県		有効期間	年月日
健康保険		有効期間	年月日
資格確認書		有効期間	年月日
氏名	佐藤 太郎	有効期間	年月日
年齢	70歳以上(のみ記載)	有効期間	年月日
交付年月日	令和5年0月0日	有効期間	年月日
氏名	佐藤 太郎	有効期間	年月日
保険者番号		有効期間	年月日
交付年月日		有効期間	年月日

※様式は保険者によって異なります

③資格確認書

マイナンバーカードを健康保険証として利用登録していても
マイナ保険証での受診等が難しい方
(高齢者、障がいがある方など)は
申請によって交付されます

資格確認書を病院・薬局の窓口で
提示することでこれまで通り
保険診療を受けることができます