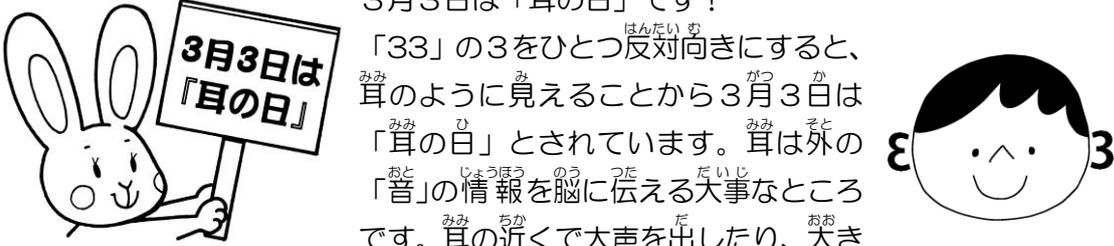


㊦ほけんだより 3月号

令和4年3月2日
山佐小学校 保健室

寒さが少しずつ和らぎ、春を感じるようになってきました。

3月は節目の月です。6年生を送る会や卒業式、他の学年も次の学年にむけて準備をしていると思います。1年をしめくくるためにも元気に毎日を過ごして、4月に新しいスタートがきれるといいですね。



3月3日は「耳の日」です！
「33」の3をひとつ反対向きにすると、耳のように見えることから3月3日は「耳の日」とされています。耳は外の「音」の情報を脳に伝える大事なところ
です。耳の近くで大声を出したり、大きな音で音楽を聞いたりしないようにしましょう。

生活リズムチェック

2月の生活リズムチェックの結果についてです。保護者の方と一緒に読んでね。

保護者の皆さん、ご協力ありがとうございました。

朝ごはん、家庭学習、読書、運動は毎日できている人が多かったです。早ねがなかなかできていない人が多かったです。

<感想>

- ・早寝早起きは、がんばった。もう少し早起きして、ごはんをたくさん食べたい。
- ・休みの日はメディアをたくさん見たりしたのでつぎは頑張ります。
- ・早寝早起きはしっかり意識できました。でも家庭学習・メディアはなかなか守れませんでした。これからは生活リズムを整えてより良い生活になるように頑張ります。

春休みも近づいていますが、意識して早ね早起き朝ごはん、運動をすることが出来ると良いですね。

保護者の方へ

〇3月のスクールカウンセラー来校日〇

3/7(月) 10:20~13:20

相談のご希望のある方は学校までお知らせください。

〇けんこうのきろく〇

3学期の身体測定結果を「けんこうのきろく」に綴じてお渡しします。ご覧になりましたら、23日までに学校へ提出ください。

ライオンズクラブさんから

生理用品(ナプキン)をいただきました。大切に使用させていただきます。保健室で保管をしています。児童にも指導をし、必要ときに活用できるようにしていきます。ありがとうございます。

↑ うらへ

1年間の生活をふり返ろう

この1年間の生活をふり返って、きちんとできた行動は□の中にチェックを入れましょう。できなかった行動は、新学期からできるようにがんばりましょう。

早起き・早ねができた

毎日朝ごはんを食べた

外遊びができた

手洗い・うがいができた

毎日ハンカチを持ってきた

食後の歯みがきができた

あいさつがきちんとできた

家の手伝いができた

友達と仲良くできた

4月から2月26日にまでに保健室に来室した人の人数などを調べました。

保健室の一年間

けがをした人

62人

具合が悪くて来た人

4人

- すり傷……………16人
 - 打ぼく……………18人
 - きり傷……………4人
 - 虫さされ……………8人
 - つきゆび……………6人
 - そのほか……………8人
- *けがの中で多かったものをあげています。

保健室を利用した人は全部で、66人でした。



みなさん元気に過ごしていて、とてもうれしいです。ただ、無理はせず、けがをしたときや体調が悪いときには保健室を利用してくださいね。