

令和5年度 学校保健年間計画

	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
目標	自分の体を 知ろう 	病気を治そう 	歯を大切にしよう 	汗の始末を しっかりしよう 	生活リズムを整 えよう 	生活リズムを整 えよう 	目を大切にしよう 	姿勢を正しく しよう 	朝や休み時間に は窓を開けよう 	手洗いうがいを しっかりしよう 	外で元気よく遊 ぼう 	1年間の健康に ついて振り返ろう 
保健 行事	定期健康診断 アレルギー研修 照度検査	定期健康診断	定期健康診断 むし歯予防デー 移動教室前検診 (6年) 飲料水水質検査	職員健康診断 プール施設検査 プールの水質検査	職員健康診断	身体計測 スッキリ生活 学校の清潔検査 教室等ホルムアル デヒド濃度検査	就学時健康診断 移動教室前検診 (5年) 秋の歯科検診 黒板面採光検査 給食室衛生検査	騒音検査	色覚検査 (4年希望者)	身体計測 スッキリ生活 教室内空気検査	新1年保護者会	
季節 や 行事 との 関連	・健康診断の意 義を理解させる ・上手な健康診 断の受け方 ・体の悪いところ の治療に努める ようにする	・異常のあったも のは、すすんで 治療を受けるよ うにする	・むし歯治療の 徹底と早期治療 の必要性⇔食育 と関連させ歯の 大切さについて 考える ・熱中症の予防	・体の清潔 (手足のつめ、髪、 汗の始末、入浴) ・衣類の清潔 (下着、靴下、ハン カチ、汗ふきタオル の用意)	夏の健康生活 ・規則正しい生活 ⇔ネット依存症に 気を付け、生活リ ズムづくりをする ・汗の始末 ・体の疲労と休養 (熱中症の予防) ・暴飲暴食をさける ・水遊びの安全 ・プールのきまり	夏休みの健康生 活の反省 生活リズムにつ いて ・夏バテに注意 する ・姿勢 ・栄養 ・明るさ ・早寝早起き ・学校のリズムに 早く慣れる	・視力異常と目 の病気 (インターネット の長時間活用による 視力異常と 予防) ・姿勢 ・栄養 ・明るさ ・移動教室(5年) の心身の理解 ・生活・運動習慣 を見直し健康づ くりをする	正しい姿勢 ・立ったとき ・座ったとき ・歩く時の姿勢 ・背中をのぼす ・背筋力について	換気の必要性を 理解させる ・室内の空気の入 れ替え ・暖房の調節 ・衣服の調節	風邪の予防 ・うがい手洗い ・かかった時の処 置 ・衣服の調節(薄着 と厚着) ・咳エチケット	遊びの工夫 ・戸外運動の必要 性(よく陽に当た る)縄跳び等で体 を鍛える	耳の衛生 ・耳の清潔 ・耳のしくみと働き ・耳の病気 ・ヘッドフォン難聴
「 自分 を知 る」	・自分の体の成 長、発育に関心 をもたせる	・体力テストの結 果を基に、運動 習慣について目 標を立てて生活 習慣づくりをする	・移動教室(6年) の心身の理解	夏の感染症予防	適度の運動し休 養する ・睡眠時間を充分 にとる ・朝食をきちんと とる	・移動教室(5年) の心身の理解 ・生活・運動習慣 を見直し健康づ くりをする	・規則正しい生活 ・バランスのとれた 食事	冬の健康 ・風邪の予防 ・火傷の予防と処 置	インフルエンザ の原因・症状・予 防	1年間の健康生 活の反省 ・病気・けが ・心の健康 ・規則正しい生活 ・清潔の習慣化 ・自分の発育状況		
感 染 症 予 防	・「あけまして おーきた」(感染 対策のための約 束)の徹底	・身のまわりの清 潔(手、足、つ め、入浴、髪、衣 類)	・身のまわりの清 潔(下着・汗ふ き・手洗い)	光化学スモッグ ・被害を受けた時 の処置を知る	体や衣服の清潔 (運動後の手洗いう がい、汗の始末、 入浴洗髪)	風邪の予防 ・うがい、手洗い ・衣服の調節・暖房 の調節 ・咳エチケット	風邪とインフル エンザの予防(う がい、手洗い、 薄着の励行、咳 エチケット)	風邪とインフル エンザの違い 体や衣服の清潔 (つめ・手洗い・洗 髪)	風邪・インフル エンザの予防			
食 育 と の 関 連	アレルギーにつ いての理解	・朝食の大切さと 健康 ・遠足時の水分・ 塩分補給への理 解	・梅雨時の健康 に気を付ける(食 中毒や感染症予 防)	夏の健康生活 ・規則正しい生 活 ・汗の始末 ・体の疲労と休 養	むし歯の治療と 予防	むし歯の治療と 予防	・第2回ふれあい 月間 心の健康相談	・第3回ふれあい 月間 心の健康相談				
そ の 他	・保健室の利用 の仕方について	・第1回ふれあい 月間 心の健康相談	・第3回ふれあい 月間 心の健康相談									
備 考	身体状況の把握 座席の配慮 教室の照度・騒 音の検査 学校の衛生点検	身体状況の把握 情報モラル教室 →心身の健康	歯みがき指導 情報モラル教室 →心身の健康	プール水質検査	プール水質検査 家庭SNSルー ルと心身の健康	夏休み明け身体 状況の把握 学校の衛生点検	机・椅子の高さ の調節	手洗いうがいの 励行	手洗いうがいの 励行 気温と暖房・湿 度の関係 持久走旬間	冬休みあけ身体 状況の把握 気温と暖房・湿 度の関係 教室の空気・換 気の検査 インフルエンザによる 欠席者の把握	新年度計画立案 気温と暖房・湿 度の関係 教室の換気 インフルエンザによる 欠席者の把握	1年間の反省 新年度計画の立 案