

ほ(け)ん(だ)より 3月

3月の保健目標

健康生活の反省をしよう



少しずつ暖かい日も増え、春の訪れを感じる季節になりました。もうすぐ6年生は卒業。1～5年生は進級です。

この1年、みなさんには楽しいことも苦しいこともたくさんあったと思います。たくさんの経験をしてみなさんは、1年前よりも心も体もぐんと成長しているはず。できるようになったことを振り返りながら、新しい1年の目標を立ててみましょう。

1年間の生活を振り返ろう！

この1年間の生活を振り返って、きちんとできたことをチェックしてみましょう。できなかったことは、これからできるようにがんばりましょう。

| | | | |
|-------------------------|---|-------------------------------|---------------------------|
| <p>はや 早起きできた</p> | <p>好き嫌いせず なんでも食べた</p> | <p>げんき 元気に体を 動かした</p> | <p>ていねいに 手洗いをした</p> |
| <p>はみかきを きちんとした</p> | <p>まいにち 毎日ハンカチ・ティ ッシュを持ってきた</p> | <p>とも 友だちと 仲良くてきた</p> | <p>ストレスを上手に 解消できた</p> |

3月9日は

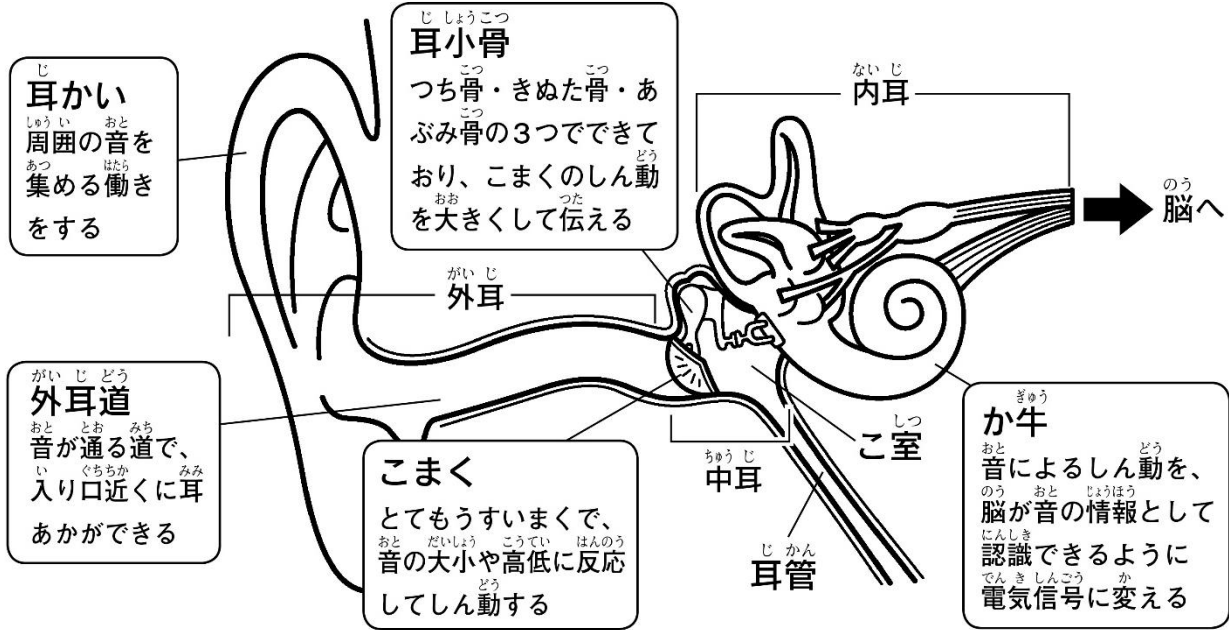


「ありがとう」を伝える機会は、日常にたくさんかかれています。たとえば、いつもごはんを作ってくれるおうちの方。いつも仲良くしてくれる友達。お世話になっている先生や主事さん。他にも、思い浮かぶ顔はありますか？「ありがとう」は言った人も言われた人もうれくなる魔法の言葉です。そして、3月9日は「サンキューの日」。この機会に、ふだん言えずに心にたくさんたまっている「ありがとう」を伝えてみるのもいいですね。

裏面もご覧ください→



- 耳のはたらき
- ① 音を集めて聞き分ける
耳は空気を伝わってくる音を集めて聞き分けるはたらきをしています。
 - ② 体のバランスをとる
耳の穴の中はとても複雑なつくりをしています。奥の方で体のバランスをとっています。



1年間の保健室の様子（2月25日現在）

保健室の
利用件数
… 647 件

体調が悪くて
来た人 272 人
いちばん多かった
症状… 頭痛

ケガの手当てで
来た人 375 人
いちばん多かった
ケガ… すり傷

ケガが
いちばん多かった
場所… 校庭

来室者が
いちばん多かった
月… 6 月

来室者が
いちばん多かった
時間… 休み時間

今年度もたくさんの人が保健室を利用しました。保健室は、いつもみなさんが心も体も元気に学校生活を送れるよう応援しています。卒業・進級まであと1ヶ月。最後までけがや病気に気をつけて元気にすごしましょう。1年間ありがとうございました。

お家の方へ～入らなくなった「うわばき」、「洋服」ありませんか？～

お子さんの使っていたうわばきや洋服で入らなくなった物があれば、学校の貸し出し用に寄付して下さると助かります。22～24cmのうわばき、120～150cm 女児シャツ&ズボンを募集しています。