

ほけんだより 3月

令和5年3月1日
練馬区立豊玉南小学校
校長 長谷川 修
養護教諭 澤田 貴子

今年度も残りわずかとなりました。6年生は卒業へ、他の学年のみなさんは進級へ向けて1年間のまとめの時期を迎えます。みなさんはこの1年間、色々なことを頑張ってきたと思いますが健康管理や生活習慣についてはどうでしたか。4月からの新しい学年でも元気に学校生活が送れるように1年間の振り返りをしてみましょう。

3月の保健目標 **1年間をふりかえってみよう**

早寝・早起きやバランスのよい食事を摂ることができましたか？

手洗い・うがいをしっかりと、病気の予防を心がけましたか？

4 5 6 7 8 9 10

1年間を振り返ろう

11 12 1 2 3



心の健康のために、リラックスする時間をついたり、ストレスを溜めないようにしましたか？

みなさんは1年間でどんなことができたでしょうか。1年間の健康管理や生活習慣を振り返りながら、残りの1か月を元気に過ごせると良いですね！

保護者の皆様へ

2月上旬にインフルエンザによる欠席が増加しました。ここ数年はインフルエンザによる欠席もみられず流行しなかったのですが、今年度は学級閉鎖をしたクラスがある状況でした。内科の学校医である秋田先生によると、ここ数年のインフルエンザの流行がみられなかったことによる免疫の低下が関係していることが今年度の流行につながっているというお話でした。今後も流行が心配されますので、ほけんだより2月号でもお伝えしましたが、引き続き朝の健康観察へのご協力よろしくお願いたします。

また、現時点では出席停止の感染症にて登校を再開する場合には「登校届」の提出をお願いしています。(新型コロナウイルス感染症を除く)本校のホームページからダウンロードしていただくか、学校から用紙をお渡しすることもできますので、保護者の方が記入をして登校を再開する際に提出をお願いいたします。



とよたまみなみしょう ほけんしつ ようす
 豊玉南 小の保健室の様子

がっ ほけんしつらいしつじょうきょう
 (2月までの保健室来室状 況より)



さくねんど らいしつけんすうの げん けん
 昨年度の来室件数延べ2779件よりも300件程
 げんしょう
 減少しました。
 こんねんど りゅうこうじ きゅう ほつぱつ たいちよう
 今年度はインフルエンザの流行時に急な発熱や体調
 ふりょうなど らいしつ ひと おお
 不良等で来室する人が多かったり、晴れている日が続いて
 いるときは校庭の砂が乾燥して滑りやすくなっていると
 きに転倒するけがが多かったりしましたが、大きなけが
 も少なく1年間を過ごすことができたのではないかと思
 います。



ばんめ おお しょうじょう きも わる
 2番目に多かった症状：気持ちが悪い(164人)
 ばんめ おお しょうじょう ふくつう
 3番目に多かった症状：腹痛(126人)

4～2月までで体調不良での来室が一番多かった月
 は、けがの来室と同様に6月でした。
 あたら かんきょう がんば つか であ
 新しい環境で頑張ってきて疲れが出てきたためか、体調
 ふうりょう うた ひと おお
 不良を訴える人が多かったなと思います。



ばんめ おお だぼく
 2番目に多かったけが：打撲(537人)
 ばんめ おお なんざ
 3番目に多かったけが：捻挫(100人)

4～2月まででけがによる来室が一番多かった月は、病気
 での来室と同様に6月でした。さくねんど いっさくねんど
 での来室と同様に6月でした。昨年度、一昨年度までは12
 月のけがが多かったのですが、今年度は12月のハードル走
 や跳び箱によるけがの件数が少なかったためだと思
 います。