

ほけんだより3月号

令和4年 3月 9日
 練馬区立光が丘夏の雲小学校
 校長 牧野 光洋
 養護教諭 原田 里美

今年も多くの活動や行事が制限された一年でした。感染症対策では、みなさんにたくさんのご協力をいただきありがとうございました。今学期もあと一か月です。残りの時間もみんなが元気に過ごせるよう、規則正しい生活を心がけ、引き続き「手洗い、換気、マスク着用」の徹底をしましょう。



1年間の健康生活を振り返ろう

心と体 1年間元気で健康だったかな？ OXでチェックしてみよう!

- | | | |
|--|--|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 早ね
早おき | <input type="checkbox"/> 歯みがき | <input type="checkbox"/> 元気に
あいさつ |
| <input type="checkbox"/> バランスの
よい食事 | <input type="checkbox"/> てあら
手洗い
うがい | <input type="checkbox"/> 友だちと
なかよし |
| <input type="checkbox"/> てきごな
運動 | <input type="checkbox"/> ハンカチ
ティッシュ | <input type="checkbox"/> ストレスの
解消 |

保健室の1年間ふり返り!

1年間の来室者数(2月末まで)

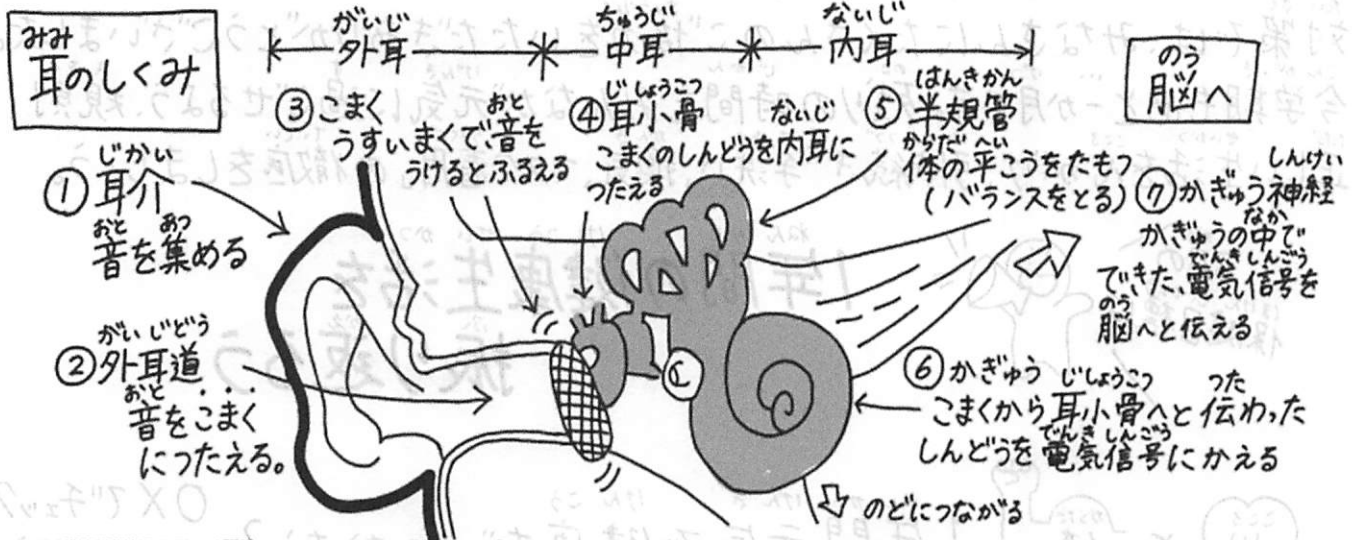


けがやびょうきだけでなく、相談やあいさつ、最近あったできごとなど話に来室する人も多かったです。なんでも話に来てくださいね♡

3月 3日 耳の日



耳を大切に！きれいに！



耳のおはなし なんだか元気がない耳さん。話を聞いてみましょう。



毎日耳そうじされてとってもいたいんだ。耳に傷がつくと、外耳炎などの病気にかかりやすくなるんだ。2~3週間に1回、目に見えるところをやさしくふきとるくらいで十分だよ。



ヘッドホンで大きな音を長い間、聞いていたからつかれちゃった。ヘッドホンやイヤホンで音を聞く時は音を小さくするだけでなく、使う時間にも気をつけてね。1日1時間を目安にしてね。

保健関係の書類について * * * * *
 1~5年生のご家庭には3月22日(火)に、来年度使用する保健関係の書類を配布します。後日詳細なお知らせを出しますのでご留意ください。
 * * * * *

今年度も学校保健活動にご協力ありがとうございました。
 来年度も子供たちが健康で学校生活を送れるよう、お手伝いします！

