

3月のほけんだより

R5.3.1
唐津市立大良小学校
保健室
文責 〇〇〇〇



今年度も残り1か月となりました。6年生はいよいよ卒業を迎えますね。残り少ない学校生活を大切に、すてきな思い出をたくさん作ってくださいね。



3月の保健目標は… 1年間の生活をふり返ろう！

 しっかり手洗いうがいができた。	 積極的に運動をした。	 朝ごはんをしっかり食べた。	 毎日、早起きができた。
---------------------	----------------	-------------------	-----------------

できたものには、〇をつけてみよう！

 毎日、歯をみがいた。	 友達やうちの人となかよくできた。	 ゲームは時間を決めてした。	 毎日、早く寝た。
----------------	----------------------	-------------------	--------------

スタート

ゴール

～今年度の保健室の様子～

2023. 2. 27時点

保健室の利用件数 335 件 ※保健室への用事も含む	ケガの手当てで来た人 161 人 一番多かったケガ すい傷・切り傷	体調が悪くて来た人 26 人 一番多かった症状 頭痛
---	---	--

体調が悪くなった人の理由では、「前日の睡眠不足」「朝ごはんを食べていない」「肌着を着ていない」等がありました。もう一度、『健康に過ごすために自分ができること』について考えてみましょう。

3月3日は、「耳の日」！ 耳を大切にするためには…??

 耳や耳の近くをたたかない	 イヤホンなどの音量を上げすぎない
 耳元で大きな声を出さない	 鼻をかむときは片方ずつおさえる

耳そうじは、2～3週間に1回で十分！

耳あかをためてしまうと、つまって耳が聞こえにくくなってしまいます。しかし、耳そうじのしすぎはかえって耳あかをつまらせたり、耳の中を傷つけてしまうことになります。

保健室日記

2月6日～10日は、「豆つかみ大会」がありました！

子供たちは、正しいおはしの持ち方で一生懸命に豆をつかんでいました。

おはしの持ち方が苦手な人も勇気を出して参加したり、ろう下のお豆セットで何度も練習したり、本当によく頑張りました。中には10回もチャレンジした人もいました！！

今回の豆つかみ大会をきっかけに、これからも「正しいおはしの持ち方」を意識してほしいと思います。

健康委員会

の引継ぎがありました。

毎日の給食の放送や豆つかみ大会の実施、健康ポスターの作成など、たくさんのご取り組みことができました。

お疲れさまでした！

新健康委員さん！
がんばりましょうね！

保護者の方へ



4月に入ると、健康診断が始まります。健康診断後、冬休み前に受診勧告書を受け取ってまだ受診をされていない御家庭は、**新年度に入る前に受診をお願いします。**また、すでに受診をされて、受診票を出されていない御家庭は、**受診票の提出または学校までご連絡ください。**