



ほけんだより



令和7年3月14日(金)

大良小学校 保健室

文責 加茂

大良小学校の「ほけんだより」は、最終号になります。1年間、お読みいただき有難うございました。

～2月の欠席者数・感染症情報～

先月の欠席者数は、全校で5名(延べ数)でした。内訳は、病気3名(腹痛、発熱等)、その他2名(通院等)でした。

大良小学校に通学するのは、残り1週間ほどになりました。6年生は卒業まであと4日です。最後まで、元気に過ごせるように健康管理をしっかり行いましょう。

ご家庭でも、引き続きお子様の朝の健康観察をよろしくお願いします。

令和6年度欠席者及び出席停止等総数

	病欠	事故欠	出席停止	合計
4月～8月	26	1	4	31
9月～12月	24	0	19	43
1月～3月12日	16	2	9	27
合計	66	3	32	101

令和6年度 保健室来室状況のお知らせ

4月から3月12日(水)までの保健室来室状況をお知らせします。ほとんどの子どもたちが健康で安全な学校生活を送ることができていました。



*分類別

	けが	病気	その他	合計
4月～8月	40	9	31	80
9月～12月	51	14	16	81
1月～3月	12	2	16	30
合計	103	25	63	191

*クラス別(低・中・高)

	1・2年生	3・4年生	5・6年生	合計
4月～8月	51	9	20	80
9月～12月	48	19	14	81
1月～3月	20	7	3	30
合計	119	35	37	191

多かったけがは・・・

1位 すり傷 (30件)

2位 打撲 (25件)

3位 捻挫 (9件)

その他(鼻血、虫刺され等)



***着替えの貸出や、気持ちの整理のために来室するなど、けがや病気以外での来室もありました。**

***1・2年生教室に近いこともあり、よく保健室に顔を出しに来てくれていました。*たくさん遊んで衣服が汚れたり、けがをしたりと、元気いっぱい印です。**

***保護者の方には、けがや病気等で早退や病院受診をお願いした際に、すぐにお迎えに来てくださったり、ご家庭で様子を見て下さったりと、ご協力いただきありがとうございました。**

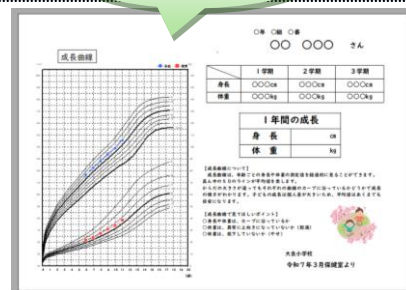
『成長の記録』について

1～5年生用

修了式の日、『成長の記録』を配布します。

(6年生は3/17(月)、1～5年生は3/21(金))

大良小学校でのたくさんの思い出とともに、成長の記録も大切に保管していただくと嬉しいです。6年生は、6年間、1～5年生は、1年間の身長・体重の成長が記載されています。また、「成長曲線」も載せていますので、確認をお願いします。



『大すき良い子週間』の取り組み

最後の大すき良い子週間

大良小では、よりよい生活習慣作りのために、月 1 回『大すき良い子週間』を設け、10 項目の点検をしていました。そして毎月、生活指導担当の古賀先生から、満点者の表彰が行われていました。3 月は、その集大成…ということで、4 月から 3 月までの(1000点満点のうち)点数が高かった人の表彰がありました。

1位は、年 さん(988点)でした。とても素晴らしいです。中学校でも頑張ってください。また、900 点以上の方は、全校で17名います。17 名の方には、古賀先生から表彰状が配られます。大良小学校での取組を忘れず、高峰小学校でも規則正しい生活を心がけ、学校生活を楽しく送ってください。



「早ね」「朝ごはん」パーフェクトの紹介

保健室では、特に「早ね」と「朝ごはん」に着目していました。そこで、この 2 項目がすべての月で 10 点満点だった人を紹介します。

早ね パーフェクト者

朝ごはん パーフェクト者

3名は、朝ごはんもパーフェクトでした。素晴らしいです。



*寝た時刻は、1～3年生は「9 時まで」、4～6年生は「10時まで」に寝ると◎

★決まった時間に寝て、決まった時間に起きる習慣を身につけましょう。(8 時間以上は、睡眠を取りましょう。)
睡眠時間が短いと… □将来の成人病につながる(肥満になりやすい など)
□不安定な精神状態になりやすい(イライラしやすい、落ち込みやすい など)

いよいよ年度末！ 環境の変わる時期です

新年度に備えて 体調管理を意識しよう



普段と同じ生活リズムを守って規則正しく過ごそう。



病気や異常のある人は早めに病院を受診して治療をしておこう。



心配ごとや悩みがある場合は、保健室で相談してみよう。



1 年間の自分の生活を振り返ってみよう。健康に過ごせたかな。