



上峰小学校  
保健室  
2026.1.9発行

はや・早おき・朝ごはん、新年のよいスタートを切りましょう。2026年も「うま」くいきますように。

## 1週間やってみよう！はやおきチャレンジ

目標 ( 時 分 ) までに起きる

あなたの目標を  
決めてね！

チャレンジする日にち	日	日	日	日	日	日	日
できたら はなまるをつけよう							

## 外で元気に・安全にあそぼう！！

始業式で『運動の大切さ』と『けがの予防』について話しました。

- ① ゆうぐで鬼ごっこをしない。
- ② 中庭や芝生広場、コンクリートの上を走らない。
- ③ ブランコはさくの外側で待つ。

これらの外遊びのきまりを守ることが、自分や友だちの命を守ることにつながります。きまりを守って遊びましょう。

きまり をまもる



いのち をまもる

### 12月の保健室利用者数(人)

	けが	びょうき 病気	そうだん 相談	ほか 他	ごうけい 合計
12月	109	86	11	0	206

けがでは打撲とすり傷が多くみられました。  
外やろうかを走っていてぶつかるけががあり、  
放送や集会でけがの予防をよびかけました。  
室内でも落ちついてすごしましょう。

病気では、インフルエンザ A型が流行し、  
頭痛・発熱の症状が多かったです。学級閉鎖  
やたてわり活動の中止、集会のオンラインによる  
実施などの対応を行いました。

### 保護者の方へ

子どもたちが自分の命を守るためには、危険を予測して安全に行動する力が欠かせません。

たとえば「車道に飛び出さないこと」や「学校のろうかを歩くこと」などのきまりも、命を守るためのきまりであることを、学校でも繰り返し伝えていきます。ぜひお家の方からも伝えてほしいと思います。

※考えたくはないことですが...

「不慮の事故」は14歳までの死因において、全ての年齢層で3位までに入っています。また、「不慮の事故」の中でも、学童期に最も多いのは「交通事故」です。安全に行動できる力を身につけてほしいと切に願います。



参考資料：こどもの不慮の事故の発生傾向と事故防止に向けた取組等(こども家庭庁、令和6年)