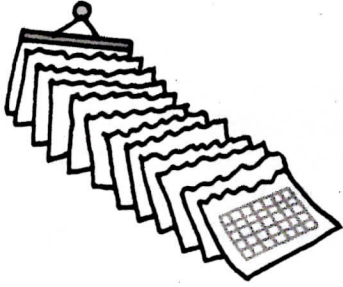




神埼小学校  
保健室 No.11  
令和4年3月

寒さが和らぎ、過ごしやすい日が増えてきました。春休みや新年度が近づくとつれ、気持ちがウキウキしたりソワソワしたりする人もいるかもしれません。しかし、そんなときに限って、思わぬ事故やけが等が起きてしまうことも…。3月は、心を落ち着けて今までの生活を振り返る月にしてほしいと思います。むし歯の治療や、眼鏡の調節は春休みの内に済ませましょう。



3月の保健目標

健康生活の反省をしよう



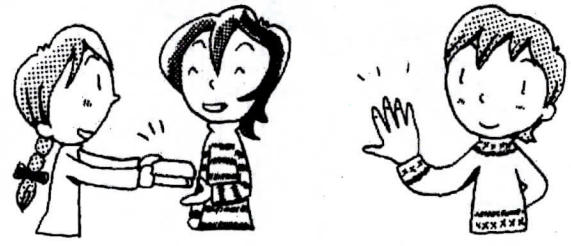
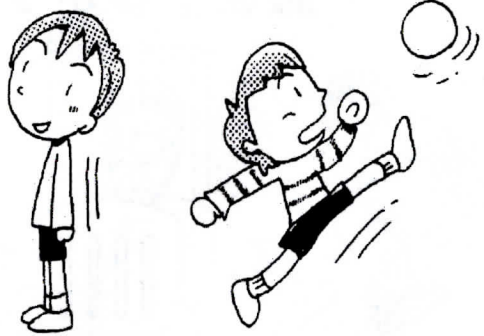
今年一年の  
がんばり度  
チェック表

今年一年、あなたは健康に過ごせましたか？ 新しくはじまる年度を健康に過ごすためにも、もう一度ふりかえって、反省してみましょう。

チェックの方法：  
質問を読んで、○（まる）だと思ったら左の□にチェック（√）をつけてね。



- 一日三回きちんと食事をした
  - 好き嫌いしなかった
  - よくかんで食べられた
  - はやねはやおきができた
  - 外で元気に遊べた
  - いつも正しいしせいできた
  - 視力が下がらなかった
  - 大きなケガをしなかった
  - 友だちの悪口を言わなかった
  - 友だちを仲間はずれにしなかった
  - 借りた物はきちんと返せた
  - ハンカチ、ティッシュを忘れなかった
  - つめはきちんと切っていた
  - 手洗い、うがいを忘れなかった
  - むし歯ができなかった
  - マスクを正しく着けることができた
- (できたけど治療した人はチェックします)



いくつチェックができましたか？  
全部チェックできた人は100点満点！！この生活をしっかり続けましょう。  
チェックの数が少なかった人は、来年度はたくさんチェックできるよう、がんばりましょう。

# 1年間の保健室利用のようす

◎利用した人の合計…( **4620** 人)※4/6~3/9

●ケガ…( **3134** 人)



- 多かったケガ
- ① [ すりきず ]
  - ② [ 打撲 ]
  - ③ [ きりきず ]

●病気…( **1486** 人)



- 多かった病気
- ① [ 頭痛 ]
  - ② [ 腹痛 ]
  - ③ [ きつい・だるい ]

●利用した人がいちばん多かった月…(6・10月)

●利用した人がいちばん多かった日…( 月曜日)

あなたはこの1年間、どんなけがや病気をしましたか？  
毎日を元気にすごせた人も、大きなけがや病気をした人も、  
それぞれに振り返って、より健康な生活につなげるために  
必要なことをぜひ考えてみてください。

「保健室利用のようす」からは、ふだんの生活の中で、  
いつ・どんなことに気をつければよいか、そのヒントが  
見つかりますよ！

## 【保護者の方へ】

### お子様の健康へのサポート ありがとうございました

本年度も、お子様の心身の健康のため、保護者の皆様にはたくさんのお願いをする一年でした。ご協力ありがとうございました。

健康診断では、年度当初にたくさんの提出物を依頼し、健診後には多くのご家庭が病院受診をしてくださいました。むし歯の治療率は昨年度より大幅に増加しました。むし歯や視力低下で未受診のお子様は、ぜひ春休み中の受診をお願いいたします。

体調不良やけがの際は、ご多忙の中お迎えに来ていただきました。コロナ禍ということもあり、お迎えをお願いする頻度が高くなっております。もうしばらくこの状況は続くと思われませんが、ご協力よろしくをお願いいたします。

さらには、毎朝のお子様の検温やマスクの用意等、感謝いたします。

今後も、お子様の心身の健康の増進のため、尽力してまいりますので、よろしくをお願いいたします。



# まちがいさがし

おうちの人といっしょにやってみましょう！  
こたえは保健室に掲示します☆

☆☆☆☆☆☆まちがいは7つ。全部見つけることができるかな？☆☆☆☆☆☆☆☆



あたたかい日が多くなりましたね♪外で元気にあそびましょう！