

ほけんだより 3月

令和5年3月8日
所沢市立明峰小学校
保健室

3月21日はランドセルの日。3+2+1=6で「6年間ありがとう」という意味があるそうです。卒業を控えた6年生のランドセルには、たくさん明峰小の思い出が詰まっているのではないのでしょうか？

1～5年生も、4月になったら1つずつ、学年があがります。ピカピカのランドセルで新しい学年をスタートできるように、春休みの間にきれいに拭いておくといいかもしれませんね。

今月は1年間のしめくくりの月。今年も1年間、みなさんのがんばる姿をたくさん見ることができました。来年度に向けて、がんばった自分のところとからだを少し休めてあげてくださいね。

●保健室● 1年間の記録

けがや病気を通して体も心も強くなっていくと思います。しかし、大きな病気にかかったり、ひんぱんに病気になることで楽しく遊んだり勉強したりすることができなくなってしまいます。規則正しい生活を送り、丈夫な体をつくりましょう。また、命に関わるけがをしないよう、ともだちにけがをさせないために、安全な行動を心がけましょう。

けが多発！危険エリア

- 1位・・・校庭
- 2位・・・校庭から昇降口の間の通路
- 3位・・・教室

一番多かったケガ

すりきず

休み時間前後に急いでいて、転んでしまう人が多いです。

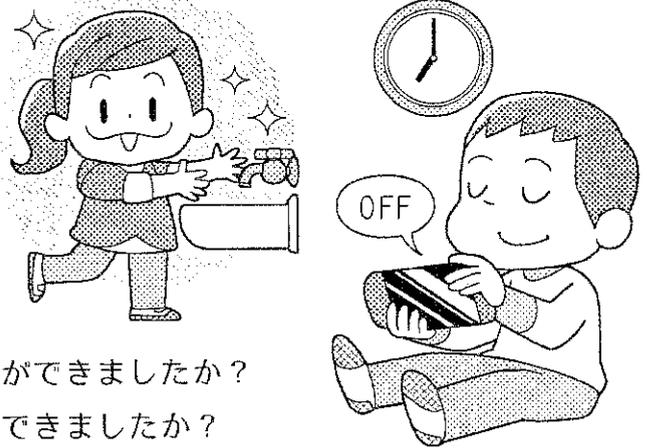
一番多かった症状

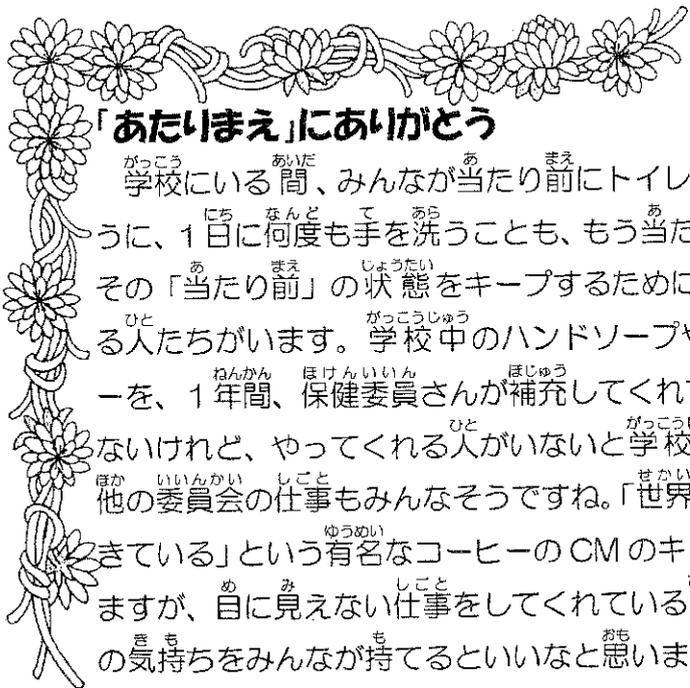
ふくつう

1年間の生活を振り返ろう

だいたい毎日

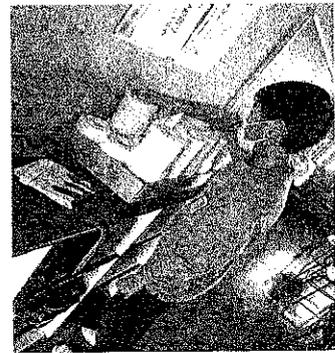
- 早起き早寝ができましたか？
- 体を動かして遊べましたか？
- 給食を残さず食べることができましたか？
- 1日2回歯みがきができましたか？
- うがい・手洗いができましたか？
- あいさつができましたか？
- けがをしないように気をつけて行動することができましたか？
- ゲームをするときは決めた時間を守ることができましたか？



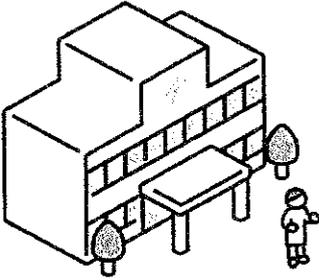


「あたりまえ」にありがとう

学校がっこうにいる間あいだ、みんなが当たり前あたりまえにトイレつかを使つかいます。同じよおなうに、1日いちにちに何度も手てを洗あらうことも、もう当たり前あたりまえになりました。その「当たり前あたりまえ」の状態じょうたいをキープするために、働はたらいてくれている人ひとたちがいます。学校中がっこうじゅうのハンドソープやトイレトペーパーペーパーを、1年間ねんかん、保健委員ほけんいいんさんが補充ほじゅうしてくれていました。自立みだたないけれど、やってくれる人ひとがいないと学校中がっこうじゅうが困こまってしまう、他の委員ほかに会の仕事いしごともみんなそうですね。「世界せかいは、誰だれかの仕事しごとでできている」という有名なコーヒーのCMのキャッチコピーゆうめいがありますが、目めに見えない仕事しごとをしてくれている人ひとに、「ありがとう」の気持ちこころもちをみんなが持もてるといいなと思おもいます。



3月の保健委員ほけんいいんかい会で、水道前すいどうまえの足跡装束あしあとしょうそくをリニューアルしました！よ〜くみると1枚1枚違うデザインになっています。どれも力作りききやくなので注目ちゅうもくしてみてください。

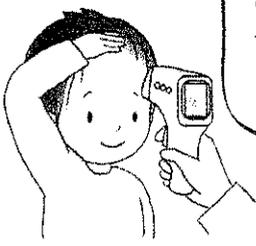


★ 今年ことしの受診じゆんは今年ことしのうちに ~受診じゆんはお済みですか？~ ★

早いものであと数日かずにちで今年度ことしどが終わろうとしています。1学期しがくに行われた健康診断けんこうしんたん後のち、「受診じゆんのおすすめ」を受け取うけとった方は、今年度中ことしどちゆうの受診じゆんをお願いいたします。また、学校管理下がっこうかんりかで発生はっせいしたけがについて、災害給付さいがいきふの申請用紙しんけいようしがお手元てもとにある方は、なるべく早めはやめの提出ていしゅつをお願いいたします。



春休み期間中はるやすみきかんちゆうも、オンラインでの健康観察けんこうくわんさつにご協力ごきやうりきをお願いいたします。
4月に年度ねんどが変わっても、新クラス用の登録フォームしんくらすようのていらくふうもーむが配布はいふされるまでは、現在のクラスげんざんのフォームへの入力いりりをお願いいたします。



さが探さがしています 66
学校がっこうでケガをしたときや、お腹なかが痛いたくなったときに負し出しおんがをしている保冷剤ほれいざいやペットボトルぺっとぼるとるですが、最近数ほれいざいが減へってしまい、使つかいたい人ひとがいたときに困こまってしまうことがあります。もし、前まえに借りたものをそのまま持もっている人ひとがいたら、災わざいの人ひとのために返却へんきゃくをお願いします。