

ほけんだより3月

令和4年3月11日
 横浜市立丸山台小学校
 校長 倉本 恵
 養護教諭 萩原 舞

進級・卒業まであと少しです。この1年間、みなさんは健康に毎日を過ごすことができましたか？自分の1年の生活を振り返って、来年も元気で健康に過ごせるとよいですね。



1年間の生活を振り返ろう

この1年間の生活を振り返って、きちんとできた行動は□の中にチェックを入れましょう。できなかった行動は、新学期からできるようにがんばりましょう。

早起き・早ねができた

毎日朝ごはんを食べた

外遊びができた

手洗い・うがいができた

毎日ハンカチを持ってきた

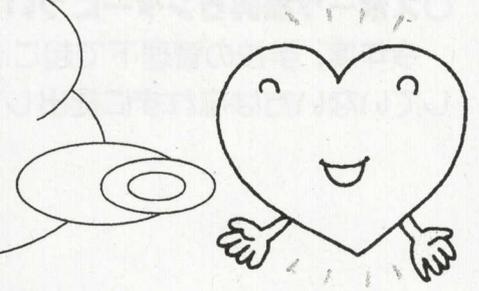
1日2回、歯みがきできた

あいさつがきちんとできた

家の手伝いができた

友達と仲良くできた

今年も新型コロナウイルスで、マスクを着けたり、こまめに手あらいをしたりと、感染症予防がとても大切な、1年間でしたね。元気に毎日を過ごせるように、よくねて、よく食べて、運動もして、健康でいられるとよいですね。



【1年間の保健室の様子】

令和3年4月から令和4年2月までの保健室の来室者数と内訳です。



○1番多かったけが・・・打撲

けがでは、“どこかにぶつけた”“友だちとぶつかった”という人が多かったです。自分が気をつけることで防ぐことができるけがは、防いでいきたいですね。また、ろうかを走っている人をよく見かけます。時間にゆとりを持って、行動していけるといいですね。

○多かった症状・・・頭痛

病気では、頭痛について腹痛が多いという結果でした。頭痛では睡眠不足や、朝ごはんを食べていないといったことが原因ではないかと思われることもありました。また、腹痛では便秘でお腹が痛くなる人が多いですが、汗が冷えて、お腹が痛くなったりする人もいました。自分で行くことはしっかり行い、健康に過ごせるとよいですね。

◆保護者の皆様へ◆

○年度末の保健関係書類の返却について

春休み前に、「児童保健調査票」「健康手帳」を返却致します。また、今年度より、全校児童を対象に歯科保健調査票を配付致します。この歯科保健調査票は、歯科に関する健康状態を学校で把握し、日常の健康管理や歯科検診を有効かつ、総合的に行うための参考とします。新3年生～新6年生につきましては眼科保健調査票も配付致します。詳しくは、春休み入る前に案内を致しますので、ご確認の上、4月にご提出いただきますようお願い致します。

○スポーツ振興センターについて

今年度、学校の管理下で起こった怪我について、スポーツ振興センターへの申請書類をまだ提出していない方は忘れずに提出していただくようお願いします。