

ほけんだより 3月

布袋北小学校
保健室
児童・保護者向け
令和7年2月27日

こんげつ ほけんもくひょう
今月の保健目標

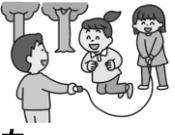
けんこうせいかつ ほんせい
健康生活について反省しよう

あたたかな日が増え、春の足音が聞こえ始めました。もうすぐ6年生のみなさんは中学校へ、1～5年生のみなさんは学年が一つ上がり、新しい生活が始まります。その準備の一つとして、やってほしいのが「健康面の見直し・振り返り」です。体調不良やけがの中には、日常生活で気を付ければ、防ぐことができたものもあると思います。ドキドキ・ワクワクのはじめの一步を、元気に踏み出せるように、「これからも続けていきたいこと」や「これから気を付けたいこと」を考えてみましょう。



1年間、健康に過ごせたかな?

よくできたなら◎、まあまあできたなら○、
あまりできなかつたら×を書きましょう。

- 早寝早起きができた 
- 毎日3食きちんと食べた
- 食べ物のすききらいを減らせた
- 元気に運動した 
- 外から帰った後、手洗いをした
- 友だちとなかよく過ごした 
- 毎日、歯みがきをした

できたところ(◎や○がついたところ)は、これからも続けていきましょう。

もう一步だったところ(×がついたところ)は、これから◎や○になるように、意識して生活していきましょう。

保健室の1年間

(2月18日現在)



けがの件数
1025件
病院へ行ったけが
48件



病気の件数
507件



相談の件数
80件

さん(あ)がつ 3月3日
みみ ひ
耳の日



3月3日をちぢめて「33」。これを「みみ」と読んで、「耳の日」となりました。
3月は、耳を大切に作る月にしましょう。

音を聞いたり、体のバランスをとったり、大切な役割をもつ耳。たたいたり、ひっぱったり、大きな音を聞き続けたりしてダメージを与えることのないように、大切に使いしていきたいですね。

たたく

ひっぱる

そばでさけぶ



耳あかを取ろう
きずつけないように、そつとね。



鼻水は片方ずつかもう
耳がキーンとしないよ。



耳元で大声を出さないようにしましょう
大声を聞いて、耳鳴がすることもあるよ。



ヘッドホンの音は小さくしよう
大きい音を聞き続けると、音が聞こえにくくなることもあるよ。



保護者のみなさまへ

- ① 「保健・いのち」に関係したプリントを綴った「ほけんファイル」を3月中に持ち帰ります。ご家庭でも話題にいただき、表紙裏に押印またはサインをお願いします。中身は抜かずに、学校へ持たせてください。(6年生は提出不要です。)
- ② 令和7年度より、学年通信と同様に、ほけん日より、紙での配付から「tetoru」、ホームページ配信に切り替えます。なお、移行期間として、今月号については、紙での配付と「tetoru」、ホームページ配信を併用いたします。ご理解をよろしくお願いいたします。
- ③ 本校では、全員が日本スポーツ振興センターの災害共済給付制度に加入しており、お子さんの学校管理下で生じた負傷や疾病(熱中症等)で医療機関を受診した場合、給付金(見舞金)が支払われます。手続きをしていない方は、担任または養護教諭までご連絡ください。書類をお渡しします。
 - 学校管理下とは、授業中や、休み時間、登下校中などです。
 - 医療費が500点以上の場合が対象です。福祉医療の助成で医療費が0円でも、通院にかかった交通費等として見舞金が給付されます。(例:500点では500円)
 - 支払い請求の時効は、給付事由が発生してから2年間です。