

—天久小学校ほけんだより—

元気いっぱい!

3月号



天久小学校保健室 平成30年3月発行

今月の
保健目標

☆^{みみ}耳のけんこうについてかんがえよう

☆^{けんこうせいいかつ}健康生活をふりかえろう

この一年間、調査物の提出や各健康診断等にご協力いただき、誠にありがとうございました。

4月からも、保健室では子どもたちが安全で、健康的な学校生活をすごせるよう、健康教育や健康診断に努めていきたいと思っています。

また、健康診断の結果を踏まえた上で、受診をお願いすることもあります。子ども達がよりよい学校生活を送るためにも、ご協力よろしくお願いします。

なお、これから新学期に向けて、「保健調査票」や「各種健康診断に関する調査用紙」を配布する予定ですので、記入・提出のご協力をお願いします。

養護教諭 島袋久良々・砂川香織

平成29年度

天久小学校☆ほけんしつ☆利用状況



平成28年度は、【病気の来室】652人、【ケガの来室】865人、合計1517人でした。今年度は、病気とケガのどちらの来室も、増えています。〆「休日の疲れ」と「登校前からの体調不良」の児童が多いです。「日曜日は早めの就寝でリフレッシュ☆」、「登校前の健康チェック」を心がけましょう。〆ケガのほとんどは、体育や図工など勉強中でしたが、休み時間や登下校中のケガも多かったです。高学年と低学年がぶつかるケガもありました。遊ぶときには、まわりに注意しましょう。〆

新しい学年に向けて

春休みToDoリスト

□ 手洗い・うがいを毎日しよう

カゼを寄せ付けず、万全の状態です。新学期を迎えましょう。



□ ケガや事故に気をつけよう

自転車に乗るときや、部活の練習のときなど、周りをよく見てケガのないようにしてください。



□ ゆっくりする時間をもとう

好きなことをする時間を作って、心のエネルギーもチャージ。元気で明るい笑顔なら、新しいクラスで友だちが増えるかも?



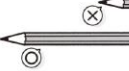
□ 治療を済ませておこう

新学期が始まったら、すぐに健康診断が始まります。具合が悪いところは病院でみてもらっておいてください。



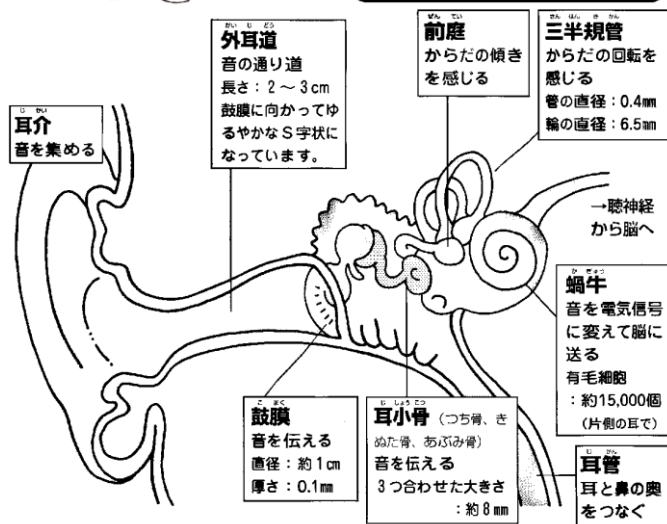
□ 新学期の準備をしておこう

いらないものは処分し、足りないものを買いそろえておきましょう。当日忘れ物のないよう、早めに準備を。



耳には2つの重要な働きがあります。

- ①音を聞く
- ②からだの平衡を保つ



元気に笑顔で
新学期を迎えましょう!



トイレの失敗など...もしものために保健室で用意している「体育着」が足りなくて困っています。〆不要となった体育着がある方は、ぜひ保健室への寄付にご協力ください。