



朝夕はまだ少し冷えますが、昼間の日差しは暖かくなってきて春を感じる季節となりました。今月は、学年のまとめの月です。皆さんにとって今年度はどんな一年でしたか？体だけでなく、きっと心も成長したことと思います。6年生は卒業して4月から中学生になり、他の学年も進級します。新生活のスタートを切ることができるようにこの一年で出来た事・出来なかった事を振り返りましょう。季節の変わり目は体調を崩しやすくなりますので、残り1か月、規則正しい生活習慣を心がけて病気やケガに注意して過ごしましょう！

**保健目標**

みみ はたら し  
**★耳の働きを知ろう**

けんこうせいかつ ふ かえ  
**★健康生活を振り返ってみる**

みみ やくわり  
**耳の役割**

- \* 音を聞く
- \* 音の方向を知る
- \* 体のバランスを知る



ねんかん けんこう  
**1年間の健康チェック**

生活習慣 (せいけつしゅうかん)

<p>はやあ 早起きができた</p> <input type="checkbox"/>	<p>3いっしょく 3食しっかり食べた</p> <input type="checkbox"/>	<p>そとげんき 外で元気に遊ぶんだ</p> <input type="checkbox"/>
---	--	---

清潔 (せいけつ)

<p>あさばんわ 朝晩忘れずに歯みがきした</p> <input type="checkbox"/>	<p>てあらい 手洗い・うがいをしっかりした</p> <input type="checkbox"/>	<p>ハンカチ・ティッシュをいつも身につけていた</p> <input type="checkbox"/>
--	---	---

心の健康 (こころのけんこう)

<p>げんき 元気にあいさつした</p> <input type="checkbox"/>	<p>とも 友だちと仲よくした</p> <input type="checkbox"/>	<p>ストレスをためなかつた</p> <input type="checkbox"/>
---	--	---

**今年度の保健室利用状況**

こんねんどの ほけんしつりよう じょうきょう  
平成30年4月7日～平成31年2月28日現在

保健室の利用件数	体調が悪くて保健室に来た人	ケガの手当てで保健室に来た人
<b>2229</b> 件	<b>1145</b> 人	<b>1084</b> 人

いちばんらいしつ おお 一番来室が多かった曜日は **すいようび 水曜日**

いちばんおほ 一番多かった病気は **ずつう 頭痛**

いちばんおほ 一番多かったけがは **だぼく 打撲**

いちばんらいしつ おお 一番来室が多かった月は **がつ 9月**



保護者の方へ... **思春期の子が輝く\*10のメッセージ**

1. 「わが家にうまれてきてくれてありがとう」の気持ちを大切に
  2. 「あなたは私の生きがい。喜びだよ」と子どもに伝えてあげよう
  3. 「がんばれ」より「がんばってるね」と認めてあげたほうがいい
  4. 反抗も甘えも、思う存分させてあげればいい
  5. 親の希望よりも、子どもが望むことをかなえてあげられる親になりましょう
  6. いうことを聞かない子には、「～しなさい」よりも「～してね」とお願いするほうがはるかに効果的
  7. 子どものために自分のプライドを捨てられる親になりましょう
  8. 「あなたはあなたのままでいい」これは子どもだけでなく、お父さん、お母さんへのメッセージでもあります
  9. 子どもは失敗して大きくなるもの。大いに失敗させ、必要なときは親が子どものかわりに詫言わなければいい
  10. 子育て以上に価値ある仕事はありません。自分の子育てに自信をもって喜んで取り組んでください
- 佐々木正美 「抱きしめよう、わが子のぜんぶ」より抜粋 (著作権確認済み)



**★衣類の返却について★**保健室から衣類を借りている方は、早めに返却をお願い致します。特に男子用のパンツが不足しています。(パンツは新品の返却をお願いしています。)必要な時に貸し出しができるように、早めの返却をお願い致します。