



ほけんだより



令和5年3月7日
志木市立宗岡小学校
校長 小木曾 久美子
養護教諭 松本 美菜

3月に入り、暖かい日差しを気持ちよく感じる日が増えてきましたね。慣れ親しんだ教室や、クラスの友達と過ごすのも残り2週間となりました。楽しいことや悲しいこと、色々なことを経験して、みんなたくさん成長しましたね。1年間で学んだこと、感じたことを振り返り、心も体も元気に新しい学年を迎えられるよう準備をしましょう！



★松本先生からの大切なお知らせ★

3月10日(金)の午後から3月15日(水)までの4日間、保健室の松本先生は学校にいません。けがをしたり具合が悪くなったりしたときは、担任の先生や近くにいる先生に伝えてください。

新学年になる前に

こんな自分から卒業!

ヒントの〇〇に入る文字をたどって卒業を目指そう。
卒業するためのアドバイスがあるよ。

朝「おはよう」と言ってみよう。友だちや先生に自分からあいさつができると、気持ちよく1日が始められるよ。

下手ました

身のまわりのものを整理整頓しておく、忘れ物を減らせるよ。春休みの間に片付けをして、新しい学年に備えよう。

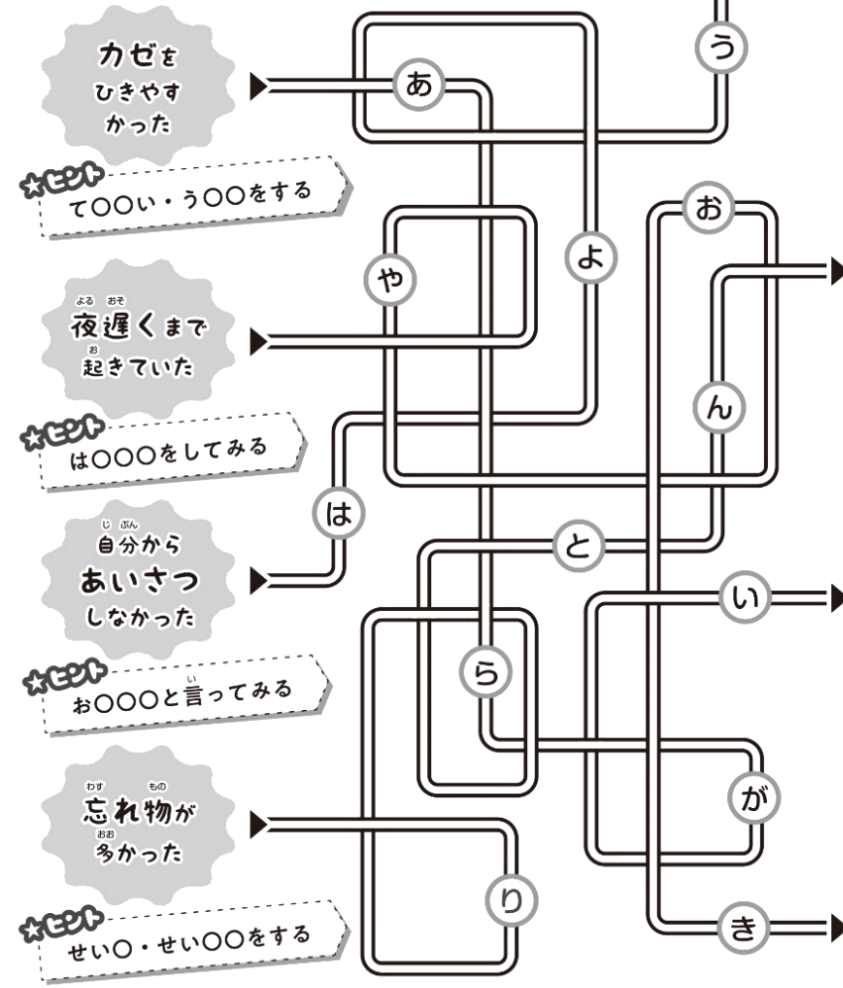
下手ました

手洗い・うがいでウイルスを洗い流そう。バランスよく食べて、カゼに負けない体をつくることも大切だね。

下手ました

早起きをして太陽の光を浴びよう。日中しっかり活動していれば、夜は自然と眠くなるよ。

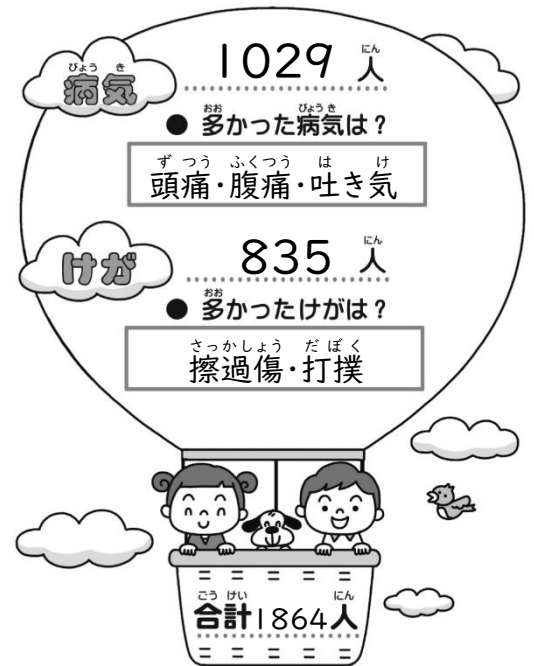
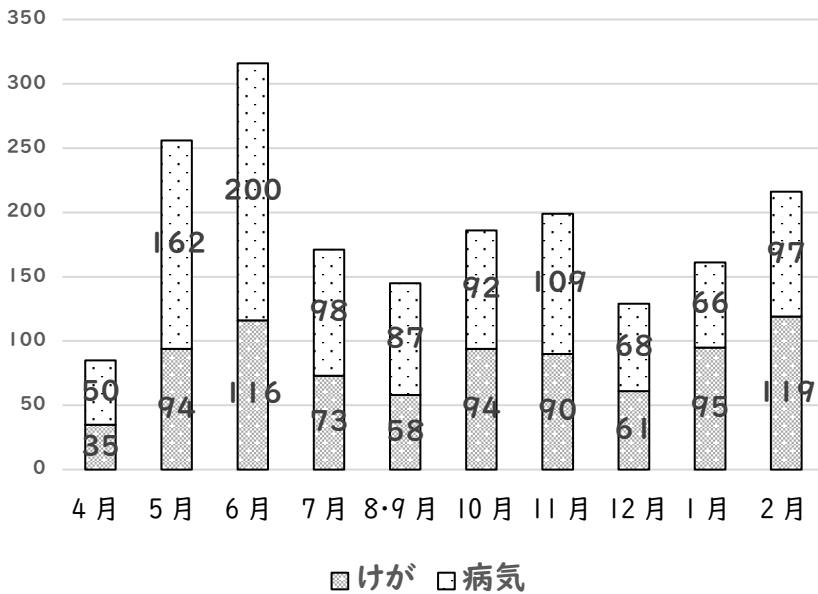
下手ました



- カゼをひきやすかった
- ★ヒント★ て〇〇い・う〇〇をする
- 夜遅くまで起きていた
- ★ヒント★ は〇〇〇をしてみる
- 自分からあいさつしなかった
- ★ヒント★ お〇〇〇と言ってみる
- 忘れ物が多かった
- ★ヒント★ せい〇・せい〇〇をする

ねんかん ほけんしつ 1年間の保健室のようす

月別の保健室来室人数



- ・ 1年間の利用者数をふり返ってみると、運動会や持久走大会などの行事前にはけがや病気（熱中症など）での来室者が特におおなくなっていました。また、毎日みんなが外に出てたくさん遊んでいるからか、年間を通してけがの来室が多く見られました。外で体を動かすことはとても良いことなので、けがに気を付けながら遊べるともっと良いですね！
- ・ 新型コロナウイルス感染症が全国的に流行している時期は、本校でもかぜ症状を訴えて来室・早退する児童がたくさんいました。まだまだ、油断することはできません。早寝早起き朝ご飯、毎日の検温や健康観察など、これからも健康に気を付けて毎日を過ごしましょう！少しでも体調が悪いと思ったときは、むりをしないで家でゆっくり休んでくださいね。

保護者の方へ

修了式の日、保健関係書類（保健調査票・結核問診票・救急カード）を一旦ご返却します。今後も使用する大切な書類ですので、破棄しないようご注意ください。春休み中にご記入いただき、来年度の始業式にご提出をお願いします。

不要になった上履きや赤白帽子で、まだ使用できるものがあれば学校へ寄付して頂けると助かります。寄付できるものがある場合は、お子さんに持たせていただき、担任又は養護教諭まで渡すようお願いいたします。

今年度も、宗岡小学校の学校保健にご協力いただきありがとうございました。明るくて素直な宗小の児童達から、私もいつも元気もらっています。今後とも児童達の健康づくりを共によりしくお願いいたします。また、進級や進学に備えて、治療がお済みでないものがありましたら今年度のうちにご受診頂き、治療証明書をご提出ください。

裏面は、学校保健員会（紙面開催）となっております。ご一読ください！