

ほけんだより

令和4年3月11日
有田市立初島小学校
保健室



少しずつ暖かくなってきました。この1年間でみなさんの体も心もそれぞれのペースで成長したと思います。今年度も感染症にかからないために手洗いやマスク着用など努力をしてくれましたね。もうすぐ春休み。春休みも元気に過ごしてください。

『健康チェック表』

登校したら玄関で点検をしています。手さげカバンにいれるなどして、すぐに出せるようにしておいてください。

*春休み中も毎日、体温を測り、記入してください。症状があれば、医療機関に相談してください。

*送別式(3/30)や始業式(4/8)の日は学校に持ってきてください。



(3月10日までの分)

保健室の
利用件数

876

件



体調がわるくて
来た人 232 人

一番多かった症状
おなかが痛い



ケガの手当てで
来た人 644 人

一番多かったケガ
だぼく(打ち身)



ケガが一番
多かった場所は

うんどうじょう
運動場



スポーツ振興センターにかかったケガ
5件



春休みは、歯みがきカレンダーはありませんが、むし歯ができないように毎日歯みがきしましょう。口の周りの筋肉が発達するあいうべ体操を続けましょう。

1年間の健康チェック

今年1年、がんばったことに印をつけよう!

- はやねはやおきをした
- いつも正しい姿勢ができた
- ごはんの後に歯みがきをした
- 手洗い・うがいをした
- 外で元気に遊んだ
- スキライセず何でも食べた
- 毎日ハンカチとティッシュを持っていた



7つできた!

4~6つできた!

すごい!

その調子で健康習慣を続けよう

もう少し!

できなかったことは、新しい学年の目標にしよう

1~3つできた!

どれもできなかった

がんばって!

ほかの健康習慣も取り入れてみよう

がんばれん!

まずは、できそうなものから取り組んでみて

体に気になるところがあれば病院へ行って、新学期までに治しておきましょう。

