

# ほけんだより 3月

今年度も最後の月になりました。みなさんにとってどんな1年間でしたか。手洗いやマスクの着用、換気、規則正しい生活習慣など、感染症を予防するための努力をたくさんしてきた1年間でしたね。まだまだ我慢の日々が続くかもしれませんが、元気に新年度を迎えられるよう、引き続きご協力をお願いします。

令和4年3月1日  
吉川市立旭小学校  
保健室



## ★令和3年度 保健室利用状況★

保健室でけがの手当した人数は？ **257人**  
 一番多かったけがの種類は？ **打撲**  
 けがが一番多かった場所は？ **校庭**  
 けがが一番多かった時間は？ **昼休み**  
 けがが一番多かった曜日は？ **水曜日**  
 体調が悪くて保健室にきた人数は？ **160人**  
 一番多かった病気は？ **頭痛**  
 病気が一番多い曜日は？ **月曜日**

体調を崩したときやけがをしたときに、「もっと気を付ければよかったな」と思った経験はみなさんあると思います。『元気』は毎日の行動の積み重ねです。心も体も『元気』に過ごせるといいですね。

2月18日現在



3月の保健目標

みみ たいせつ  
**耳を大切にしよう**

3 からだのバランスを保つことも、耳の役割。

1 耳はとっても働き者。ラップみたいになっているところ、集められた音は…

2 めいろうみたいな道を通って、脳へ伝えられるよ。

4 ブランコに乗ったり、鉄棒でまわったりしても気持ち悪くならないのは、耳がバランスを保ってくれているからだ。

5 おかあさんのお腹の中にいたときから、夜眠っている間もずっと音を聞いている耳。大切にしてほしいから、お願いがあります。

6 耳そうじ、奥までつっこんだり、ツメで取るのはやめて。

7 それから、大きな音にも注意が必要だよ。友だちの耳元で大きな声を出すのは絶対にダメ。

8 イヤホンやヘッドホンで音楽を聞く人は、まわりの声が聞こえるくらいの音量で、長い時間使わないようにしよう。

3月3日は耳の日  
耳を大切にしようね



1年間を振り返って  
みよう。

- ☐ 早寝早起きができた。
- ☐ 朝ご飯を毎日食べた。
- ☐ 好き嫌いをせずに何でも食べた。
- ☐ 食後は歯みがきをした。
- ☐ こまめに手洗いができた。
- ☐ 元気に体を動かした。
- ☐ 友達と仲良くできた。
- ☐ ストレスを上手に解消できた。
- ☐ 笑顔で過ごすことができた。

1年間、ありがとう  
ございました。  
保健室・藤田



保護者の皆様へ

- 引き続き「毎日の検温と記録」についてご家庭でのご協力をお願いします。
- 児童や同居のご家族に体調不良、発熱等の風邪症状が見られる場合は、登校を見合わせてください。**
- 教室の窓を開けた状態での授業が続きます。お子様の衣服の調節をお願いします。
- 児童またはご家族がPCR検査の対象者や濃厚接触者となった場合は、必ず学校へご連絡ください。
- 学校でのけがが理由で医療機関を受診し、医療点数の合計が500点以上（窓口負担が1500円以上）の場合、日本スポーツ振興センターの災害給付を受けることができます。まだ書類をお持ちの方は、担任または養護教諭までご提出ください。また、申請を希望していて、書類を受け取っていないという方がいらっしゃいましたら、今年度中にご連絡ください。