

# ほけんだより

3月号

令和3年3月10日

御前崎小学校 保健室

日中は少しずつ日差しも暖くなり、春の訪れを感じる季節となりました。

この一年は新型コロナウイルスのために、今まで当たり前だと思っていたことができない日々が続きました。そのような中でも、子どもたちは、丁寧な手洗い、消毒、マスクの着用等、感染症対策をよく頑張りました。御家庭でも、検温や体調管理にご協力いただきありがとうございました。

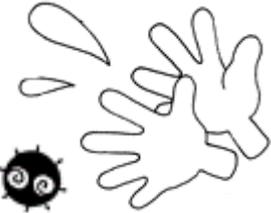
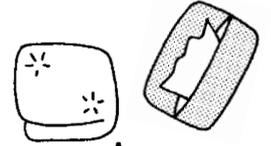
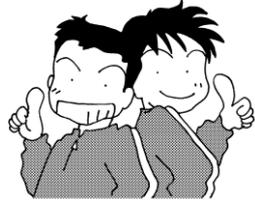
まだ感染症対策を意識しての生活は続きますが、その中でも、楽しいことや頑張りたいことをたくさん見つけて、子どもたちが元気に生活できることを願っています。



## 一年間を振り返ってみましょう

この一年、心身の健康に気を付けて生活できていたでしょうか。お子さんと一緒に振り返り、来年度の健康のめあてを考えてみてください。

健康に気を付けた生活ができていたら、右下の口に○をつけましょう。  
いくつ○がつくかな？

早寝早起きができた  <input type="checkbox"/>	好き嫌いせずに食べた  <input type="checkbox"/>	外で元気に遊んだ  <input type="checkbox"/>
食後にはみがきができた  <input type="checkbox"/>	手洗いうがいができた  <input type="checkbox"/>	はんかち、ティッシュを持っていた  <input type="checkbox"/>
爪を短く切っていた  <input type="checkbox"/>	テレビやゲームのルール、時間を守れた  <input type="checkbox"/>	友だちと仲良くできた  <input type="checkbox"/>

4月7日  
から

# ☆ 1年間の保健室・利用状況 ☆

3月5日  
まで



(数値は延べ人数です。)

休校明けの6、7月は体調不良を訴える子が多くて心配しましたが、年間を通してみると、昨年度よりも来室者が減っています。

今年は感染症対策を頑張ったこともあってか、かぜ欠席も少なく、インフルエンザにかかる子は一人もいませんでした。

1年間欠席0の子が101人もいました。

子どもたちの体調管理、学校保健活動への御協力ありがとうございました。



## 新年度に向けて

### 病気やけがの治療をしましょう！

4月から健康診断が始まりますが、健康に不安のあることについては、学年が変わる前に、一度専門のお医者さんに相談するようおすすめします。

現在の受診率は、眼科 79%、歯科 73%、耳鼻科 100%です。未受診の人は、春休みを利用して、確実に受診してください。



### 生活習慣を整えましょう！

元気に新年度を迎えられるよう、春休み中も生活リズムに気をつけさせてください。時間にゆとりがある分、テレビやゲームの時間が増えてしまいがちです。ルールや時間を決められるといいですね。

### 服や靴のサイズを確認しましょう！

服や靴のサイズが小さくなっていませんか。4月から安全に、気持ちよく生活するためにも、春休み中に確認をお願いします。

