

えがお

上尾市立尾山台小学校保健室
ほけんだより（家庭数配布）
令和5年 3月2日 No. 12



3月の保健目標 「耳を大切にしよう」「健康な生活ができたか反省しよう」

3月21日はランドセルの日。3+2+1=6で「6年間ありがとう」という意味があるそうです。卒業を控えた6年生のランドセルには、どんな思い出が詰まっていますか？



1年生～5年生のみなさん。「物を大切にできる人は、心も大切にできる人」だと思います。「少しらんぼうに扱っていたな・・・」という人は、春休みの間に今まで使っていた物をきれいにしてみるのはどうでしょうか？

感謝の気持ち伝えていきますか

3月9日は「ありがとう」の日

ちょっとしたことで笑顔で「ありがとう」と言ってもらえると、とても気持ちがいいですね。あなたは、1日のうちでどのくらい「ありがとう」を言っていますか？「ありがとう」は言った人も言われた人も心が温かくなる『まほうの言葉』です。今まで言えなかった人も、さっそく今日から感謝の気持ちをしっかり相手に伝えてみましょう。

心をこめて

言葉には、魂があります。心のこもった言葉は、必ず人に伝わります。

あなたの言葉でつたえる

ありがとう!!

すぐに伝える

感謝の気持ちは、タイミングを逃さないようにすぐに伝えましょう。

目をみて

どんなにすてきな言葉でも目を見ないと相手に伝わりません。



手紙やカードで

なかなか言葉で伝えられない時は、文字で伝えましょう。

笑顔で

笑顔は、人を安心させます。それだけでうれしい気持ちになります。

一言そえて

「ありがとう」を「手伝ってくれてありがとう」など一言そえると相手にもっと気持ちが伝わります。

ほけんしつからもありがとう

保健室でみなさんとたくさんお話をし、一緒に考えたり、笑ったり楽しい時間を過ごすことができました。ありがとう。来年度も元気で楽しい学校生活を送れるよう新しい気持ちで進んでいきましょう。



みんなの保健室利用状況 4月~3月1日まで



★ 1年間の来室者数

1045人

★ 病気で来室者数

164人



★ けがでの来室者数

798人



★ その他

83人

★ 保健室来室状況

- 病気で来室が多かった学年 5年生50人 2年生29人 6年生28人
- けがで来室が多かった学年 1年生232人 3年生148人 5年生144人

病気の種類		
1位	気持ち悪い	54人
2位	腹痛	52人
3位	頭痛	38人



けがの種類		
1位	打撲	433人
2位	擦り傷	152人
3位	まめ	43人



これからも 病気やけがに きをつけて すごしましょう。



保護者の方へ

学校の健康活動にご理解とご協力いただきましてありがとうございました。春休みは、時間にゆとりがある分、テレビやゲーム等の時間が増えてしまいがちです。ルールや時間を決めて楽しく有意義な生活を過ごしてください。



★ 日本スポーツ振興センター申請について

学校管理下でケガをした場合は、「日本スポーツ振興センター災害給付制度」が対象となります。申請する場合はご連絡ください。また、申請書類をお渡しして学校へ提出していない方は提出してください。毎月用紙が変わりますので、必要な場合はご連絡ください。

支払い請求の効力は、給付事由が発生して（対象となるケガをしたとき）から2年間です。

★ むし歯の治療について

むし歯は自然に治るものではありません。むし歯を新年度に持ち越さないよう、新年度が始まる前に治療を受けることをおすすめします。

★ 新年度の健康診断について

4月になると健康診断が始まります。調査表や問診票など、提出していただくものが多くなります。とても大変な作業ですが、健康診断がスムーズに進むように提出期限をお守りいただきますよう、ご協力をお願いいたします。

