



ほけんだより

2025. 3. 3 錦田小保健室

少しずつ暖かくなり始め、やわらかな春の日差しを感じるようになりました。3月は、1年の締めくくりの時期です。1年間、大きなけがや病気をせずに過ごすことができましたか？規則正しい生活を送ることができましたか？この1年間をふり返り、4月から新たな気持ちで、スタートを切ることができるといいですね。

いちねん 一年のふいかえいをしましょう！

いちねんかん 一年間で、できたものをチェックしましょう！ チェックがつかなかったことは、これからの目標にしましょう。

からだチェック

- かぜや病気にかからなかった。
- 大きなけがはしなかった。
- むし歯がない/なおした。

生活リズムチェック

- 早ね・早起きができた。
- 朝ごはんを毎日食べた。
- 外で元気に遊ぶことができた。

衛生チェック

- 朝、夜に歯みがきをした。
- ハンカチをいつももっていた。
- 食事の前やトイレの後は手を洗った。

こころチェック

- 友だちと仲良くできた。
- 自分勝手なことを言ったり、すぐ怒ったりしなかった。
- 親切にしてもらったとき、「ありがとう」を言うことができた。

いちねんかん ほけんしつ的一年間

いろいろなランキングをみつめました！

がっこう ～学校でのけが～

- 1 すりきず
- 2 だぼく(ぶつけた)
- 3 いたみ

たいちょうふりょう ～体調不良～

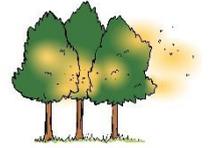
- 1 あたまがいたい
- 2 おなかがいたい
- 3 きもちがわるい

しゅつせきていし ～出席停止～

- 1 インフルエンザ
- 2 新型コロナウイルス感染症
- 3 溶連菌感染症



かふんたいさく “花粉対策”していますか？



花粉症は、スギやヒノキなどの植物の花粉によって、鼻水やくしゃみ、目のかゆみなどの症状が起きます。今、花粉症ではない人も、花粉を大量に浴び続けていると、突然発症する可能性があります。できるだけ、花粉を体内に入れないようにすることが大切です。



かふん からだ い たいさく ～花粉を体に入れない対策～



そと かえ
外から帰ったら
てあら
手洗い・うがい



がいしゅつじ ふく
外出時の服そう



へや
部屋をこまめに
そうじする



かふん お
花粉を落とす

さらさらした素材の服は
花粉が付きにくいよ



保護者の皆様へ



～学校でケガをした人へ スポーツ振興センターの書類は提出しましたか？～

学校でケガをした際、病院の診察点数が500点以上でスポーツ振興センター災害給付制度の対象となります。災害給付を受ける権利は2年で時効となってしまいますので、学校から配布した「医療等の状況」「調剤報酬明細書」等の書類をお持ちの方はお早めに御提出ください。

～来年度アレルギー対応について(該当者)～

食物アレルギーがあり、給食対応を必要とする児童については、「学校生活管理指導表」をもとに1年間の対応を決定します。該当する御家庭には来年度の取組プランを配付しましたので、内容を確認していただいた上、押印をし、**3/19(水)**までに御提出ください。



スクールカウンセラーの勤務について



こんねんと
今年度のカウンセリング予約は終了しました。

らいねんと ひ つづ
来年度も引き続き、よろしくお願ひします。



担当 駒野

TEL:975-0042