

宇都宮市立今泉小学校 保健室

令和4年3月発行

ほけんだよりは、おうちのひとと

いっしょによみましょう。

あつという間に今年度も終わります。みなさんにとってどんな一年でしたか？ 4月になると6年生は中学生に、1～5年生は学年が上がり、新しい生活が始まります。

4月になる前に、ぜひ一年のふりかえりをしてみてください。きっとみんな何かできるようになったこと、成長したことがたくさんあるはずです。「いい一年だったな」「いいクラスだったな」と思える人がたくさんいたら嬉しいです。



今月の保健目標



耳を大切にしよう
健康生活の反省をしよう



からだチェック!

- ・病気をしなかった。 ()
- ・大きなけがをしなかった。 ()
- ・1年元気にすごせた。 ()



せいかつリズムチェック!

- ・早寝早起きができた。 ()
- ・朝ご飯を毎日食べた。 ()
- ・すすんで外で遊んだ。 ()



えいせいチェック!

- ・朝・夜のはみがきができた。 ()
- ・ハンカチをいつも持っていた。 ()
- ・手洗いと消毒をきちんとした。 ()



こころのチェック!

- ・友達と仲良くできた。 ()
- ・自分勝手なことを言ったり、すぐに怒ったりしなかった。 ()
- ・親切にしてもらったとき、ありがとうということができた。 ()



あれ？もう1年終わりがあ

もうすぐ、学期
末。この1年はな
んだかとても早
かったなと感じませんか？



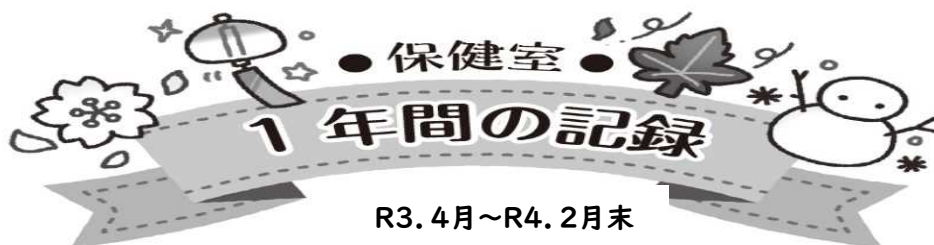
「出来事の多さが時間の感覚を変える」
と言われていました。遠足や運動会など、イ
ベントがたくさんあると長く感じ、毎日同
じことの繰り返しだとあっという間に過ぎ
たと感じるそうです。

今年はコロナの影響で縮小・中止になっ
てしまった行事も多かったので「早かった
な」と感じるのかもしれ
ません。

まだまだウイルスと
の戦いは続きそうです
が、新しい学年は充実



した1年になりますように。春休みの間に、
元気をたくわえておいってくださいね。



保健室の 利用件数

1398 件



ケガの手当てで
来た人 1026人

一番多かったケガ
すりきず



体調がわるくて
来た人 340人

一番多かった症状

気持ちが悪い・嘔吐



～保護者の方へ～

本年度も感染症予防、生活リズムの改善など、学校保健活動にご協力いただきありがとうございました。
新型コロナウイルスの流行で心配な日々が続き、様々な制限がある中でも子ども達のがんばる姿を見ることができました。ご家庭での保護者の皆様の前向きなお声掛けのお力のおかげです。心より感謝申し上げます。

一年を振り返ると、教室での様子だけでなく、保健室の来室の様子からも子どもたちの姿に成長を感じ、とてもうれしく思います。

一年間の課題などを踏まえて、今後も子どもたちの健康を支え、けがや病気の予防に努めながら、楽しく学校生活を過ごせるよう見守っていきたいと思います。また、子どもたちみんなが元気に新学期を迎えられますよう、ご家庭でも心と体の両面からサポートをよろしくお願いします。



保健室 高田美紀