



みんなげんきね

令和5年度 3月号 峰小学校 保健室



ひと
おうちのひと
いっしょに
一緒に読みましょう。

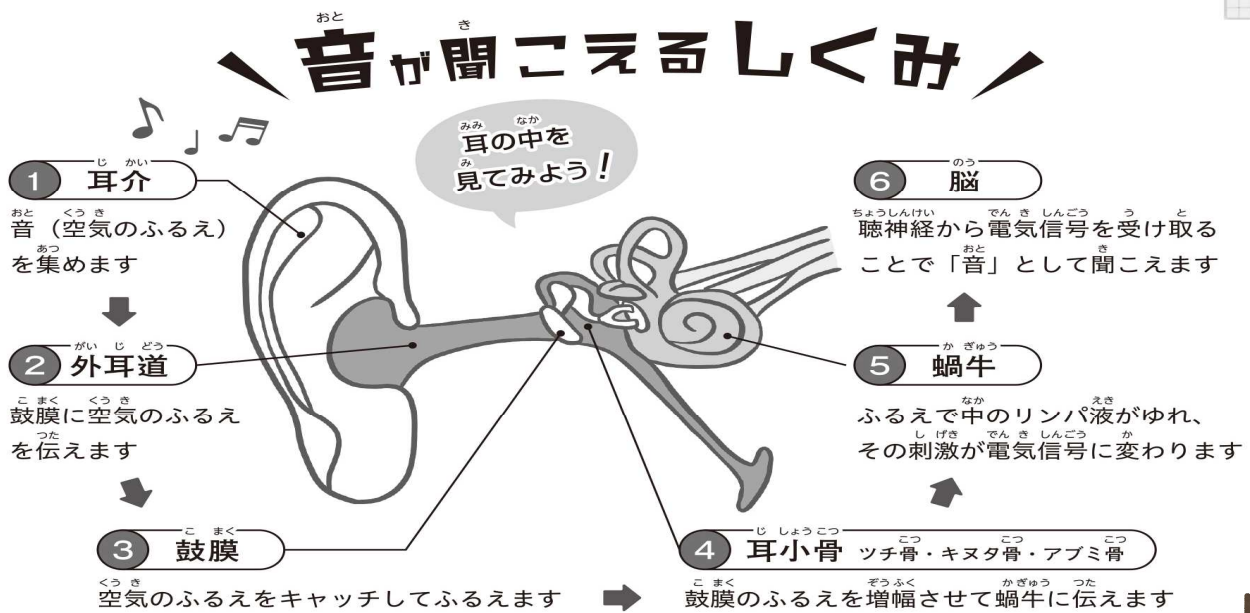
そろそろ花粉の飛ぶピークがやってきます。花粉症の人にとっては厳しい季節でもありますね。マスクやメガネ、服装などに注意して花粉を体内に入れないようにしましょう。外から部屋に入るときは、手洗い・うがいでなく、顔を洗うようにすると、症状の軽減につながります。試してみてくださいね。

インフルエンザや新型コロナウイルスも流行っているので、感染症対策もしっかり行いましょう。もうすぐ春休みです。生活リズムを崩さないように、早寝早起き朝ごはんを心がけましょう。

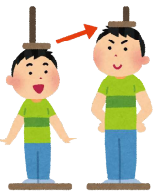


こんげつ ほけんもくひょう 今月の保健目標

みみ 耳 を 大切に しよう



おおきくなりました



	4月の平均身長	1月の平均身長	身長の伸び（平均）
1年生	116.7 cm	121.4 cm	4.7 cm
2年生	123.1 cm	127.2 cm	4.1 cm
3年生	127.5 cm	132.2 cm	4.7 cm
4年生	135.0 cm	139.4 cm	4.4 cm
5年生	142.2 cm	147.0 cm	4.8 cm
6年生	147.6 cm	152.3 cm	4.7 cm

これは峰小の男女合わせ
た平均です。どの学年も、
平均すると4cm以上身長
が伸びたようですね。



みなさんの身長は、この1年間でどれくらい伸びましたか？少し伸びた人も、たくさん伸びた人も、体が成長した証ですね。1年間で成長したのは、身長だけではなく、心も、たくさん成長しました。心は目に見えませんが、おうちの人や学校の先生、周りの大人たちは、きっとあなたの成長に気づいています。

来年度も成長するみなさんの姿をたくさん見せてくださいね。

れい わ おん ど
令和5年度

ほけんしつりようじょうきょう
保健室利用状況

がっ か げんざい
～3月5日現在～



こんねんど ひと す じぶん こうどう あいて こうどう
今年度、たくさんケガをした人は、どうすればケガをせずに済んだのか、自分の行動や、相手の行動
ふ かえ たいちようふりよう ほけんしつりよう おお ひと じぶん せいかつしゅうかん しょくじ
を振り返ってみましょう。また、体調不良での保健室利用が多かった人は、自分の生活習慣（食事・
すいみん うんどう みなお なに きづ ひと かいぜん
睡眠・運動）などを見直してみましょう。何か気付くことがあった人は改善のチャンス！
らいねんど こんねんど げんき けんこう す
来年度は、みなさんが今年度よりも元気に、健康に、過ごせますように。



日本スポーツ振興センター災害給付申請について

学校の管理下において負傷し、医療機関を受診した場合、条件を満たせば日本スポーツ振興センターの災害共済給付を申請できます。申請には、医療機関で記入していただく書類の提出が必要です。

○書類をお持ちの方で、申請するかどうかを学級担任に伝えていない場合は、速やかにお伝えください。

※申請にはケガの発生状況を詳しく記した報告書の作成が必要です。来年度、担任が変わったり、他校へ異動したりすると、報告書の作成が困難になることもありますので、早めにお知らせください。

○申請する予定で、未提出の書類をお持ちの方は、速やかにご提出をお願いします。

○申請する予定で、手元に申請書類がない場合は、学級担任にお申し出ください。

申請書類をお子様にお渡ししますので、医療機関に記入していただき、学校にご提出ください。

6年生の保護者様

令和6年3月31日までに学校の管理下において負傷し、医療機関を受診した場合、3月分までの申請手続きは、小学校で行います。申請書類は3月分まで、峰小学校に提出してください。4月からも継続して通院する場合には、小学校で手続きを済ませてから、中学校に引き継ぐことになっています。

ご不明な点は、保健室までお問い合わせください。



申請する場合は、**期限があります**ので、
お早めにご提出をお願いいたします。

今年度も、学校保健関係にご理解とご協力をいただき、ありがとうございました。