

ほけんだより



令和7年3月 宇都宮市立岡本北小学校

ほけんしつりようしゃすう
保健室利用者数 年間 **2,324人**

今年度はいろいろな感染症が発生していましたが、学級の中で感染拡大することなく、学級休業が1度もありませんでした！保健室を利用した人も昨年度よりも500人位減っていて、健康に気をつけて生活できる子が増えてきたようですね。一人一人、生活習慣を振り返ってみましょう。



1年間 の健康チェック

今年がんばったことをチェック☑してみよう！

- 早ね・早起きができた
 - いつも正しい姿勢ができた
 - ごはんを食べた後は、しっかり歯みがきができた
 - 石けんできれいに手洗いをした
 - そとで元気に遊んだ
 - 苦手なものもがんばって食べた
 - ハンカチ・ティッシュを忘れずに持ってきた
-

7っできた！

すごい！

その調子で健康生活を続けてね！

4~6っできた！

もう少し！

できなかったことは、新学期の目標にしよう！

1~3っできた！

がんばって！

他にできそうなものを1つずつやってみよう！

どれもできなかった

ざんねん！

まずは、できそうなものから始めてみてね！

元気に新学期がむかえられるように、春休みも健康習慣を意識して生活してね！



もうすぐ春休み！



はるやす
春休みに取り組んでみよう！

令和7年度「歯と口の健康週間」作品の募集

来年度も、「歯と口の健康週間」作品コンクールが実施されます。詳しい内容は別のお手紙を配付しますので、この春休みにぜひ取り組んでみてください。

<作文の部> <図画・ポスターの部> <標語の部>

保護者の皆様へ



今年度の保健室利用状況を振り返ると、昨年度よりも減ってきており、学校では石けんでの手洗いや、給食後の歯みがきなど、健康習慣を意識した生活が定着してきております。

特に今年度は、コロナ後の影響か、岡本北小学校で一日に5種類もの感染症が発生していた時もありましたが、どのクラスも学級休業が一度もなかったことは、集団生活を送る学校においてなかなかない素晴らしいことです。

そんな中で、体調不良を訴えて保健室に来室する子供たちは、「見て見て！聞いて聞いて！」の心の声が聞こえてくる1年でもありました。話を聞いていると、大人の多忙感や不安感が子供たちの心にも影響するのではないかと感じることもよくありました。

保健室ではそんな子供たちの心の声を担任と一緒に共有し、楽しい学校生活を送れるように心掛けてまいりました。

ご家庭でも、お忙しい中でも、一呼吸おいて、ぜひお子様の目を見て、心の声に耳を傾けられるようにしていただけたらと思います。話をしたいことがたくさんあるかもしれません。

今年も1年間、本校の健康教育活動にご協力いただきありがとうございました。

