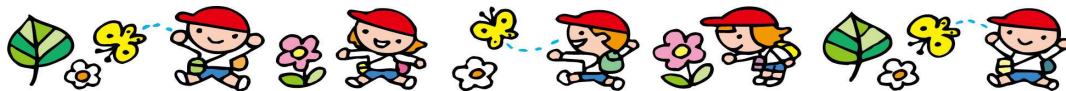


ほけんだより

仙台市立坪沼小学校

第16号

平成26年3月20日



～ 3月の保健目標～

★耳を大切にしよう

★1年間の健康生活の反省をしよう

進級おめでとうございます

2月に降った大雪の残雪の山も小さくなり、暖かな早春の日ざしを日増しに感じられるようになりました。春の草花も芽吹き始め、つい触りたくなるネコヤナギや鮮やかな黄色のレンギョウなど…さまざまな色や形で目を楽しませてくれます。

思い出深い幼児学園の閉園式を終え、今年度も残すところ10日となりました。この一年間、保護者の皆様にはさまざまな場面でご協力・ご支援いただきましたことに感謝いたします。ありがとうございました。



一年間をふりかえろう



今年度は、児童一人一人が『元気目標』を立て、心も体も健康で快活に学校生活を送ることができるように取り組んできました。一年間の健康生活のふり返りは、通信票の中に綴じ込んでおりますが、もう一度、ご家庭においてもお子さんと一緒にチェックしてみてください。

(できた ○ まあまあできた △ できなかった ×)

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> 1. 毎日、早起きができた | <input type="checkbox"/> 2. 朝、家族に起こされずに自分でおきることができた |
| <input type="checkbox"/> 3. 毎日、朝ごはんを食べた | <input type="checkbox"/> 4. 朝、歯みがき・洗顔をしっかりできた |
| <input type="checkbox"/> 5. 毎日、寝る前の歯みがきができた | <input type="checkbox"/> 6. 休み時間、外で元気に遊ぶことができた |
| <input type="checkbox"/> 7. 排便(うんち)の習慣ができています | <input type="checkbox"/> 8. 給食は、残さず食べた |
| <input type="checkbox"/> 9. 好き嫌いせず、何でも食べることができた | <input type="checkbox"/> 10. 大きな病気やけがをせず、1年間過ごせた |
| <input type="checkbox"/> 11. 学習時、姿勢よく勉強することができた | <input type="checkbox"/> 12. うがい・手洗いをこまめにすることができた |
| <input type="checkbox"/> 13. 毎日、ハンカチ・ティッシュを持ってきた | <input type="checkbox"/> 14. 夜ふかしをせず、すいみんをしっかり取ることができた |
| <input type="checkbox"/> 15. ノーテレビ・ノーゲームデーを守ることができた | |
| <input type="checkbox"/> 16. テレビやゲームは、時間を決めてやる(見る)ことができた | |
| <input type="checkbox"/> 17. 友だちと仲よくすることができた | <input type="checkbox"/> 18. 心配なことやなやみ事は、だれかにお話できた |
| <input type="checkbox"/> 19. 毎日、お手伝いをするのができた | <input type="checkbox"/> 20. 毎日、元気よくあいさつすることができた |

健康

こころ

生活



4月からの新年度も8人そろって健康で元気いっぱい過ごせるように、△や×だったところは、○になるように心がけていきましょう!!

～ 保健室の1年間 ～

※4月～2月の統計です

<p>体調が悪くて 保健室を利用した人</p> <p>17人</p> 	<p>保健室利用が 多かった症状</p> <p>「頭痛」 「腹痛」</p> 	<p>欠席した人が 多かった月</p> <p>11月</p> 	<p>保健室利用が 多かった月</p> <p>病 気 11月 け が 5月</p>
<p>けがをして 保健室を利用した人</p> <p>45人</p> 	<p>保健室利用が 多かったけが</p> <p>「すり傷」 「だぼく」</p> 	<p>心配なけがなどで 病院を受診した数</p> <p>(日本スポーツ振興センター 災害共済給付申請数)</p> <p>1件</p> 	<p>保健室利用状況を 比較すると… 昨年度より(1人平均)</p> <p>病気 +0.5回 けが +2.1回</p> <p>来室が増加しました。 ★今年度は、11月に「かぜ」による欠席および保健室利用者数が増加しましたが、「インフルエンザ」には1人もかかることなく過ごせたことはとても素晴らしかったと思います。 けがは、例年同様、体育祭があった5月に多くみられました。</p>



来年度も保健室では、たくさんの可能性を秘めた子どもたちの種が根をはり、芽吹き、いい笑顔の『花』が咲くよう、水や肥料をたっぷり備えた場でありたいと思っています。

一年間、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。

