

ほけんだより 3月

令和8年3月
鶴ヶ島市立南小学校
保健室

今年度も残りわずかとなりました。この一年はどうでしたか。たくさん遊び、たくさん学び、心も体も成長した一年になったと思います。4月から進級・進学を経てまた新しい環境で一年が始まります。良いスタートがきれるように、健康に気を付けながら、残りの時間も楽しく過ごしましょう。また、3月27日から春休みに入ります。4月から良いスタートを切るために、春休み期間中も規則正しい生活を心がけましょう。

保健室の1年間 みんなの健康をふりかえって

<p>保健室の利用者数</p> <p>ケガ 1804人 病気 869人 合計 2673人</p>	<p>多かったケガ</p> <ul style="list-style-type: none"> ★ 腹痛 ★ 頭痛 ★ 気分不調 	<p>多かった症状</p> <ul style="list-style-type: none"> ★ 擦り傷 ★ 打撲 ★ 虫刺され 	<p>保健室に来た人</p> <p>多かった曜日 水曜日</p> <p>少なかった曜日 月曜日</p>
---	---	--	--

(令和7年4月1日から令和8年3月13日現在)

学校でのケガで受診した人 医療費の申請はお済みですか?

学校でケガをした場合、スポーツ振興センターの保険を使用することができます。ケガをした日から2年間、請求することができますが、お早目に必要書類を提出ください。

保健室で貸しているものの返却をお願いします!

保健室の保冷剤や保冷剤カバー、下着など返却されていないものがあります。次に使うお友達のために、早めに戻すようにお願いいたします。

1年間の健康生活をふり返ろう



<p>早ね・早起きができた</p>	<p>手洗い・うがいができた</p>	<p>元気に体を動かした</p>
<p>好き嫌いせずしっかり食べた</p>	<p>友だちと仲良くできた</p>	<p>ハンカチ・ティッシュを忘れずに持って来た</p>
<p>元気よくあいさつができた</p>	<p>食事のあとは歯みがきをした</p>	<p>大きなけがや病気をしなかった</p>

今年1年、あなたは健康に過ごせましたか? 全部○がつけば合格!! その調子でがんばりましょう。○が少なかった人は新年度にいっぱい○がつくようにがんばりましょう。

どうだったかな?

保護者の方へ
今年度も保健だよりを読んでいただきありがとうございました。これからも保健室からのメッセージに耳を傾けていただき、お子様と一緒に話題にしていただければ幸いです。大変お世話になりました。