




ほけんだより

大阪狭山市立北小学校
保健室 
2021年3月24日(水)

毎日少しずつ暖かくなり、ついに桜の花も咲き始めました。そして、今日は修了式です。今の学年は、もう終わり、次に始業式で会うときには、1つ上の学年になっていますね。今の学年、クラスは、楽しかったですか？今のクラスは、今日でお別れですが、また次のクラスで新しいお友だちと出会えることでしょう。春は、「別れと出会い」の季節です。それぞれの思い出を胸にまたがんばりましょうね！



今年度、保健室を利用した人は、のべ3811人でした。ケガをした人は2836人でした。その中で、病院受診した人は53人でした。今年度は、新型コロナウイルス感染予防のために6月にやっと全員がそろいましたが、休校中は運動不足だったのか身体が思うように動かず、ちょっとしたことでケガをする人が多かったです。特に目立ったのが、教室で転んで机や椅子に頭をぶついたり、運動場で転んで顔面を地面にぶついたり、頭や目のケガも多かったです。来年度は、もう少しケガがへったら嬉しいです。教室ではあばれないなど、一人ひとりがケガをしないよう、もう少しだけ気を付けましょうね・・・

★けがの多かった月

- 1番 10月
- 2番 9月
- 3番 11月

★けがの多い場所

- 1番 運動場
- 2番 教室
- 3番 体育館

★けがの多かった学年

- 1番 6年生
- 2番 2年生
- 3番 3年生

★けがの多かった体の部分

- 1番 手
- 2番 顔
- 3番 頭

★多かったけがの種類

- 1番 打撲
- 2番 捻挫
- 3番 切り傷

★けがの多かった時間

- 1番 休み時間
- 2番 体育の授業
- 3番 登下校



春休みを元気に過ごして、楽しい新学期にしましょう！

健康生活成績表!

選んだ番号を□の中に書き
合計で30点取ればあなたは
健康的! さあ、何点とれるかな?

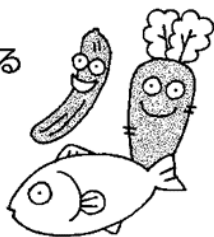
合計

点



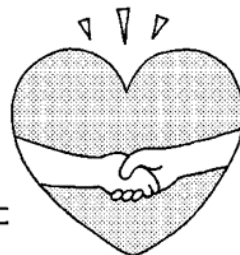
何でもよく食べたかな?

- ① 好ききらいがたくさんある
- ② 少しきらいなものがある
- ③ 何でもよく食べた



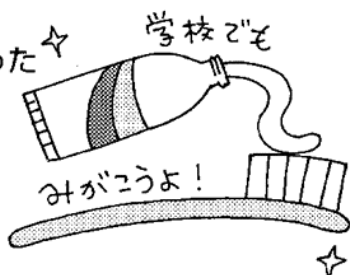
人との関わりは?

- ① つらいことが多かった
- ② ときどき悩むことがあった
- ③ いつも気持ちよく関わられた



食後の歯みがきができた?

- ① いつもできなかった
- ② ときどき忘れた
- ③ 必ずみがけた



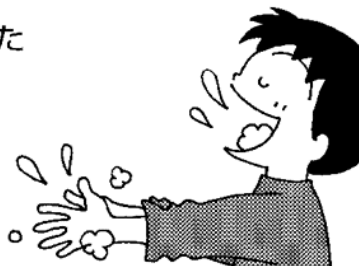
ハンカチ・ティッシュ持てた?

- ① 忘れることが多かった
- ② かばんの中には入ってた
- ③ いつもきちんと持ち歩けた



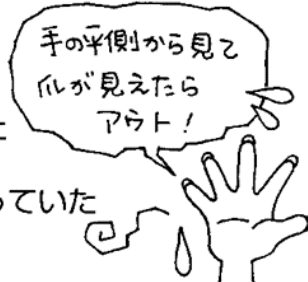
外出後の手洗い・うがいは?

- ① いつもできなかった
- ② ときどき忘れた
- ③ 必ずやった



爪は伸びていなかった?

- ① いつも伸びていた
- ② ときどき切り忘れた
- ③ いつもきれいに切っていた



毎日の排便(うんち)は?

- ① いつもカチコロうんち
- ② ときどきバナナうんち
- ③ 毎日うんちを出した



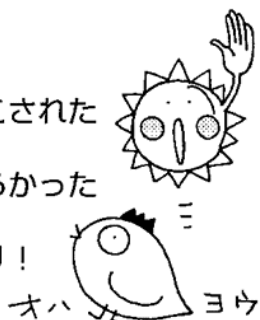
テレビ・ゲーム・パソコンは?

- ① 3時間くらいダラダラ続けた
- ② 1時間くらいは続けた
- ③ 30分ごとに目を休めた



朝の目覚めは?

- ① 起きるのがつらい、起こされた
- ② ときどき起きるのがつらかった
- ③ いつも気分よくスッキリ!



朝ごはん食べたかな?

- ① いつも食べない
- ② ときどき食べなかった
- ③ いつも食べた

