

# ほけんだより 3月号

徳島市八万小学校

少し寒さの和らいだ風や日差しに、少しずつ春を感じられるようになってきました。今年度、最後の月になりました。3月は1年間をふりかえり、まとめて、そして次年度に向けて準備する月でもあります。1～5年生のみなさんは、1つずつ進級し、6年生のみなさんは、4月から中学生ですね。緊張や不安もあるかもしれませんが、小学校で学んだことを大切に、自信をもって、夢に向かってがんばってください。

## ～1年間の生活をふり返ろう～

1年間の生活をふり返って、きちんとできた行動は□の中にチェックを入れましょう。

できなかった行動は、これからできるように、がんばりましょう。

早ね早起きができた

毎日朝ごはんを食べた

適度な運動ができた

手洗い・うがいができた

ハンカチを常に持ち歩いた

丁寧に歯みがきができた

あいさつができた

家のお手伝いができた

友だちと仲良くできた

## ちょっとゆっくり・・・

みなさんにとって、この1年はどんな1年になりましたか？楽しかったことやうれしかったこと、がんばったこと、時には、がまんをしたり、つらい思いをしたことも少なからずあったりしたのではないのでしょうか。

年度の切り替わりの3月は、4月からの新しい学年に向け、色々と準備が必要ですが、この1年、あなたたちの体と心はとてものがんばってくれました。がんばってくれた自分自身の体と心をたくさんほめ、体がちょっとゆっくり、リラックスできる時間をとってあげてほしいと思います。また、新年度から元気にスタートできるよう、体調を調べましょう。

## 保護者のみなさまへ

### ○日本スポーツ振興センターについて

1～5年生…令和7年度スポーツ振興センターの加入状況を自動更新させていただきます。年間掛金は、今年度と同じ460円です。来年度一学期の集金から引かせていただきます。

6年生…災害給付の申請を行う場合、3月分の医療費の申請は小学校から手続きをします。

4月以降も継続して受診する場合、4月分の医療費からは中学校での手続きとなります。中学校へ引継ぎが必要のため、継続する場合は、保健室までお知らせください。

### ○体操服について

保健室では、衣類が汚れてしまった時に、体操服を貸し出しています。借りたままの体操服がありましたら、春休みまでにご返却をお願いします。また、小さくなって着られなくなったり、卒業で不要となったりした体操服がありましたら、保健室へ寄付していただくと大変助かります。ご協力よろしくをお願いします。

### ○治療について

今年度の健康診断等で、治療勧告書がでていて、医療機関をまだ受診されていない場合は、春休み中に医療機関の受診・治療をお願いします。お子様が健康で、安心・安全に新年度がむかえられますよう、ご協力よろしくお願いします。

### ○最後に・・・

今年度も学校保健活動にご理解・ご協力頂き、本当にありがとうございました。日々のお子様の健康管理や健康観察等、たくさんのご協力を頂きました。保健室として、至らない点多々あったかと思いますが、保護者のみなさまのご理解・ご協力のおかげで、無事1年が終わろうとしています。ありがとうございました。