

ほけんだより 3月 春休み号

生比奈小学校保健室 No. 11 2025/03/21

みなさん、今年度のしめくくりの時期がきましたね。この一年間をふり返って、なにが一番に思いうかびますか？楽しかったことや、うれしかったことがうかぶといいです。みなさんの心と体が健康でありますように！「ほけんだより春休み号」を読んでください。そして、春休みもきそく正しい生活を心がけて元気に過ごしてくださいね。

保健室1年間の記録
 昨年度、体調不良やケガなどで保健室へ来た人は、536人で、昨年度より、少しだけ増えました。保健室の利用が一番多かった月は、11月で、一番少ない月は、1月でした。ケガで来た人が少し増えましたが、体調不良で来た人はへりました。うれしいことです。体調不良やケガだけでなく、相談したいことがあるときも保健室へ来ていいということを知っておいてくださいね。

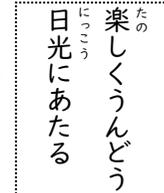


*8月以外です↑

3月19日(水)までの記録



つぎ 次のことをできたかな？



春休みもできるだけ学校のある日と同じ時間に起きて、きそく正しい生活をしましょう。1年間をふり返った後には、できてなかったことを中心にこの春休みに自分の体にとっていいことを実行してみましょう！

春休みのうちに やってあげよう

- ✓ 気になるところの治療
- ✓ 身の回りの整理
- ✓ 靴や服のサイズの確認
- ✓ 借りたものを返す
- ✓ 新年度の準備

4月から新しい学年になりますね。どんな自分になりたいか、目標を一つ決めておくといいですね。そのため、いろいろな準備もすすませておきましょう。

新学期にみなさんに会えることを楽しみにしています。