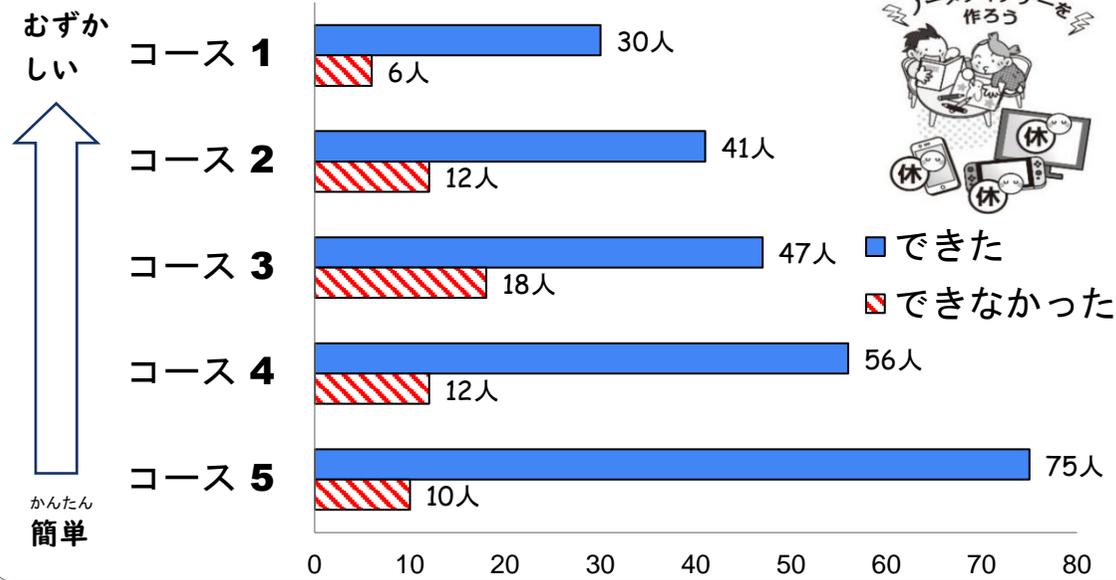


ほけんだより 3月

3月は、1年間のしめくくりの月です。できるようになったこと、がんばったことを思い出しながら、自分に「よくがんばったね」と声をかけてあげてください。

卒業するみなさんは、中学校での生活が楽しみですね。進級するみなさんも、またひとつ大きく成長する春がやってきました。これからも、心と体を大切に、元気に毎日をすごしましょう。

ノーメディアデーチャレンジ5か月間集計結果



グラフは、10月から5か月間、ノーメディアチャレンジを行った結果です。感想や結果を見ると、10月は「コース5」にチャレンジした人が多くいました。12月は委員会で劇を見てもらったこともあり、今までより難しいコースにチャレンジする人が多かったです。また、多くの児童が、「次の月はひとつ上のコースにチャレンジします。」と自分で難しいコースに目標を決めていました。

来年度も引き続き「第3水曜日ノーメディアデー」を実施します。

おうちの人の協力をいただきながら、メディアにふりまわされず、自分のペースで上手に付き合う力を身につけていけるよう、がんばりましょう。

ほけんしつ 保健室の

ねんかん 1年間

3月8日までの集計

保健室の利用者数

403 人



保健室に来た人

多かった月

9 月

少なかった月

3 月



1. だぼく
2. すりきず
3. 体のいたみ



1. ふくつつ
2. ずつつ
3. はつねつ

おうちの方へ

これまで本校では、健康診断や保健学習で使用したワークシート、長期休みの健康カレンダーなど、保健に関する記録を「健康ファイル」に綴じてまいりました。

この健康ファイルは 今年度をもって終了いたします。

これまで使用していた「健康ファイル」は、今年度末にお返しいたします。今後、学校からお子さまへお渡しする保健に関する記録やお知らせにつきましては、封筒に入れて返却いたします。

引き続き、お子さまの健康管理へのご理解とご協力をよろしく願います。

はるやす せいかつ 春休みの生活リズム

自分で決めよう

朝は _____ 時に起きる

夜は _____ 時に寝る

_____ をがんばる

どう過ごす?

はるやすみの約束

は 歯みがきを忘れずに 食後・朝・寝る前は ていねいな歯みがきを。

る ルールを守ろう 自分やまわりの命を守るために 交通ルールは絶対厳守。

や やばい! と思う前に 宿題や受診など、やるべきことは計画的に済ませましょう。

す スマホは時間を決めて スマホばかりになってしまわないよう、家族や友だちとの時間を大切に。

み 耳を大切にしよう 3月3日は耳の日。静かな場所で耳を休める時間を作りましょう。

心身も、身のまわりも、新年度に向けて 整えていきましょう。