

# ほけんだより 3月

令和6年3月1日  
昭島市立富士見丘小学校  
養護教諭 星直子

じどう  
児童のみなさん

ほけんしつ ねんかん  
保健室の1年間 (2月22日現在)

一年間の来室

1498 件

こんねんど ねんかん ほけんしつ りよう けんすう がつ にち  
今年度1年間で、保健室を利用した件数は、2月22日までで  
1498件でした。最も多かった日は25人、最も少なかった日は  
2人が利用していました。

けが 867件 体調不良 544件 相談・その他 87件

いちばんおお  
一番多かったけが

すりきず

たいいく じかん やす じかん こうてい ころ  
体育の時間や休み時間に、校庭で転んでひざにすりきずが  
できた、というけがが最も多かったです。みなさんが元気に外で  
うんどう しょうこ  
運動をしている証拠ですね。

ていがくねん こ  
低学年の子がけがをしたときに、6年生をはじめ上級生が  
いっしょ きずぐち あら ほけんしつ つ  
一緒に傷口を洗ってから保健室に連れてきてくれることもありま  
した。すてきですね。ぜひ続けてください。

いちばんおお たいちようふりよう  
一番多かった体調不良

ずつつ

たいちようふりよう ずつつ もっと おお なか  
体調不良のなかでは、頭痛が最も多かったです。中には  
そうたい  
早退したあとコロナやインフルエンザと診断された人もいまし  
た。一方で、前の日に夜おそくまで起きていたことや、ゲームを  
なが じかん げんいん おも こ  
長い時間していたことが原因と思われる子もいました。

いちばんおお つき  
一番多かった月

10月

いちねんかん ほけんしつ き ひと もっと おお  
一年間のなかで、保健室に来た人が最も多かったのは、10  
ががつ  
月でした。なぜでしょうか？ 10月は運動会の時期ですね。運  
どうかい れんしゅう こうてい て きかい おお  
動会の練習で校庭に出る機会が多く、すりきずなどのけがも多  
い一か月でした。

いちばんおお ようび  
一番多かった曜日

もくようび  
木曜日

ようび しゅうけい もくようび らいつ もっと おお  
曜日ごとの集計では、木曜日の来室が最も多くなっていまし  
た。理由としては、1・2年生は5時間授業、3～6年生は6時間  
じゅぎょう  
授業で、みなさんが学校にいる時間が長いこと、週の後半で疲  
れがたまりやすい曜日であること、などが考えられます。

# いちねんかん せいかつ 一年間の生活をふりかえろう

まえのページでは、保健室の一年間の利用状況をお伝えしました。みなさん自身は、この一年間、健康に過ごせたでしょうか。一年間をふりかえり、できたこと、できなかったことを確認しましょう。

はや 早ね・はやお早起き（グッドモーニング60分ができた）

まいにちあさ 毎日朝ごはんをたべた

そとあそ 外遊びができた

こまめに 手洗い・うがいができた

まいにち 毎日ハンカチをもってきた

しょくご 食後のハミガキができた

あいさつがきちんとできた

おうちのひと の人の手伝いができた

はるやす きそくただ 春休みも規則正しい  
せいかつ げんき しんがつき 生活し、元気に新学期を  
むか むか 迎えましょう!

## 保護者の皆様

### 春休みも「めざましカード」に取り組みます

夏休みに、新学期が始まる2日前からめざましカードを実施しました。今回も、ご家族で工夫しながら一緒に取り組んでくださったことが伝わりました。ありがとうございます。春休みも、新学期が始まる3日前から実施する予定です。クラスのメンバーや担任が変わり、環境が大きく変わる新学期を万全の状態を迎えられるように、春休みもお子様の生活習慣に気を配っていただけたらと思います。よろしくお願いたします。

一年間、保健に関わる書類の提出や感染症対策、健康管理等、さまざまな点でご協力いただきありがとうございました。来年度もどうぞよろしくお願い申し上げます。