

ほけんだより 3

3月の保健目標：1年間をふりかえり、健康生活の反省をしよう

3月は今の学年のまとめと次の学年への準備の月です。この1年を健康に過ごすことができましたか？ふりかえってみてください。手洗いを頑張ったり、目の健康について考えたりと日々努力してきましたね。そんな自分をまずは認めてあげましょう。

保健室でこんな素敵な人を見つけたよ！

けがをした友達に寄り添う人



だいじょうぶ？

ぶつかってしまった友達にごめんね

と伝えられた人



ぶつかってごめんなさい

保健室で使ったベッドをきれいに

整えてくれる人



次の人が使いやすいように元に戻そう



妙法寺っ子には素敵な人がいっぱいいますね！

あたりまえをありがとうに



こわってあたりまえ？



「あたりまえ」とは、そうあるべきこと (= 当然) や、ありふれていること (= 普通) という意味。一方「ありがとう」は、めったにない・めずらしいことを意味する「有り難い」からできた言葉で、みなさんが知っているように感謝の気持ちを表します。

3月9日は「サンキューの日」。やってもらって「あたりまえ」ではなく、「いつもありがとう」と伝えられたら、ちょっとだけハッピーになれるかも!?



(2024.4.10～2025.2.25までの数)



けがは打ぶくとしり傷がほとんどです。けがをした場所で多いのは、①運動場 ②教室 ③講堂 ④通学路 でした。
昨年より廊下・階段でのけがが減っています。
これからも校舎の中を歩いて移動し、けがを防ぎましょう。

病気の理由で多いのは、①だるさ ②頭痛 ③腹痛 でした。
特に10月はだるさや頭痛での来室が一番多く、長い2学期の真ん中でみんなヘトヘトでした。



「おしゃれ」に注意!

小学生の皮ふはまだうすく弱いので、大人と同じおしゃれをすると、かぶれやアレルギーなどを起こす危険があります。おしゃれは大人になってから楽しみましょう。

アイメイク・リップ	毛染め	むだ毛の処理
かぶれたり、アレルギーを起こしたりすることがあります。		
金属のアクセサリ	マニキュア	カラーコンタクトレンズ
かぶれたり、アレルギーを起こしたりすることがあります。	はだあれやつめの変形を起こすことがあります。	角膜を傷つけることなどがあります。

© 少年写真新聞社 2023

けが等の申請はお済ですか？

登下校を含めた学校でのけがで病院を受診した場合は、「スポーツ振興センター」や「安全互助会」の給付対象になる場合があります。受診した月から2年間請求を行わなかった場合は、時効により給付が受けられなくなります。病院から用紙を受け取った際にはお忘れなきようご提出ください。