



ほけんだより

羽村市立栄小学校 保健室 令和8年3月2日

こんげつ ほけんもくひょう いちねんかん かえ
 今月の保健目標 『一年間をふり返ろう』

いま がくねん のこ すく ねんかん げんき
 今の学年ですぐすのも、残り少なくなりましたね。この1年間、元気にすぐすことは
 できましたか？自分の生活をふりかえって、チェックしてみましょう

1年間元気にあひせた？

健康チェック

- 大きなケガ・病気をしなかつた
- 早寝早起きができた
- 1日3食（とくに朝食）を毎日とった
- 運動などで体をよく動かした
- 健康診断で見つかった病気などをなおした
- 手洗い・うがいを続けた
- お菓子・ジュースはひかえめにした
- ほぼ毎日、うんちをした
- ☆できたこと・あまりできなかったことをしっかり見直し、4月からの生活につなげていってください！

しんきゅう しんがく けんこう ねが
 進級・進学してからもみなさんが健康にすぐせることを願っています。



3月3日は
みみの日

みみ
大切にね

みみ
耳は、こんな
はたらきを
しているよ☆



①音を聞く

☆耳そうじのポイント☆

奥まで
やらなく
てもOK!

耳の入口近くを
やさしく
なぞるように
すればOK!



②音の方向を
知る



③からだの
バランスを
とる



お家の方へ

寒さが和らぐ日もあり、春の気配を感じられるようになりました。2月に学級閉鎖になったクラスもありましたが、インフルエンザの報告は減ってきました。しかし、腹痛、下痢、嘔吐などでの欠席が多い傾向が続いています。年度末まで予防に努めていきたいと思えます。ご家庭でも、引き続き登校前の健康観察をよろしくお願ひします。

1年間、学校保健活動にご理解・ご協力いただきありがとうございました。

●胃腸炎での欠席について

3学期に入り胃腸炎症状等での欠席が増えたため、5学級で学級閉鎖の措置を取りました。胃腸炎での欠席については、「医師から学校を休むよう診断された場合」のみ出席停止の扱いになります。胃腸炎の症状が疑われた際はかかりつけ医を受診していただき、登校について相談されてください。医師から欠席の指示があった場合は、医師の指示通りに療養していただき、登校される際には「登校再開届」の提出をお願いいたします。

※「登校再開届」は、学校HPからダウンロードができます。

ご家庭で印刷することが難しい場合は、学校からお渡しすることもできますのでお知らせください。



●申請忘れはありませんか

学校管理下でのけがで病院を受診したお子さんは、日本スポーツ振興センター災害給付金制度の対象です。申請の期限は、けがをした日より2年です。学校や市を経由して申請するため、希望される方は早めに書類の提出をお願いします。お使いにならなかった書類は保健室までお戻しくたさい。

●保健関係の書類返却とリサイクルのお願い(6年生対象)

返却する書類

- ・**秘**保健調査(黄緑、A4) ※全員
- ・学校生活管理指導票等 ※対象の児童のみ

3月23日(月)に返却します。中学校で引き続き使用する書類はありません。返却した書類はご自宅で保管または処理をお願いします。

リサイクルしていただきたい物

・赤白帽子、上履き
不要になる場合、寄付していただくと助かります。よろしくお願ひいたします。

