

すこやか

吉田小学校保健室
第 13 号
2026.3.13



1年間の生活をふり返ろう

この1年間の生活をふり返って、きちんとできた行動は□の中にチェックを入れましょう。できなかった行動は、新学期からできるようにがんばりましょう。

早起き・早ねができた

毎日朝ごはんを食べた

外遊びができた

手洗い・うがいができた

毎日ハンカチを持ってきた

食後の歯みがきができた

あいさつがきちんとできた

家の手伝いができた

友だちと仲良くできた

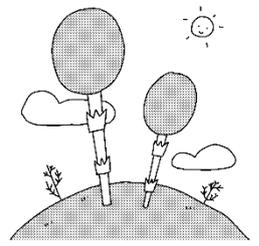
数字で見る保健室の1年間

右の数字は、今年度の4月から2月までに体調不良やけがで保健室へ来た人の数を集計したものです。

今年度は打撲での来室が多く、けがをした状況を聞くと、ろう下や階段を走っていて、かべや物にぶつかったり、他の人にぶつかったりしたということが多かったです。全校のみなさんが安全に過ごすことができるようにろう下や階段は歩きましょう。一人ひとりが気をつけて、けがのないように過ごしましょう。

保健室 + 1年間の記録 	利用件数 2036 件
具合が悪くて来た人 705 人 いちばん多かった病気 頭 痛	けがの手当てで来た人 1331 人 いちばん多かったけが 打 撲
来室者が多かった月 10 月 	来室者が多かった曜日 金 曜日

保健室から春休みのしゅくだい



健康にすごそう

□ 病^{びょうき}気^きやけがに^き気^きをつけよう

□ 生活^{せいかつ}リズムを
ととの
整えよう



確認しよう

□ 内^{うち}ばきや外^{そと}ばきのサイズは
あっていますか？

□ 歯^はブラシの毛^け先^{さき}は広^{ひろ}がって
いませんか？

□ マスクなど予^よ備^びをランドセル
に入れておこう

リフレッシュしよう

□ ゆっくり^{やす}休^{やす}もう

□ 好^すきなことをして
す
過^すごそう



しんねんと きもちよくスタートする
ために、はるやす あいだ からだ こころ も
ち物も ととの 整えるといいですね！ エネ
ルギーをたくさんたくわえて 4月
げんき とうこう
元気に登校してきてくれるみなさん
を待っています♪



保護者の皆様へ

1月に再度、春の健康診断の「結果のお知らせ」を配付しました。まだ治療や検査がすすんでいない人は、春休みが今年度最後のチャンスです。う歯（むし歯）や要注意乳歯がある人、視力の低下が疑われる人は、この機会に受診をお願いします。

