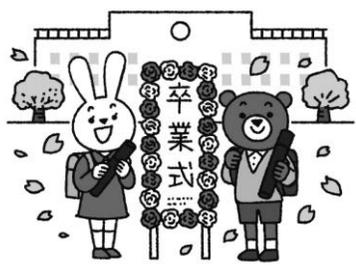


ほけんだより

～卒業・進級 おめでとう号～ 令和8年3月発行 堺市立市小学校 保健室

はる ひ ざ なか かぜ かん
 やわらかな春の日差しの中を、風がこちよく感じ
 られる季節になりました。卒業・進級まであと少しです。
 この1年間、みなさんは、早ね早起きはできましたか？
 忘れ物は多くなかったですか？



4月からいいスタートがきれるように、目標をたてて
 おいてくださいな。

1年間の健康生活を振り返ってみよう

- 3食、好き嫌いせずにバランスよく食べた
- 早寝早起きし、規則正しい生活リズムで過ごせた
- ゲームやスマホばかりせず、適度に運動をした
- ケガや病気の予防をきちんと実行できた
- 友だちと仲良くし、けんかしても仲直りできた
- いつも身の回りを清潔に保つことができた



参考文献：『健康教室』東山書房、『健』日本学校保健研修社 他

今年度の保健室利用状況です

今年度、保健室を利用した人数とその理由についてお知らせします。
 体調不良で保健室を訪れる人の中には、睡眠不足などの生活リズムの
 乱れが原因と思われるケースがよくありました。来年度はその辺りを
 見直してみてくださいな



けが：**1,042**人
 ★多かったけがは？
 だぼく、すりきず

びょうき：**469**人
 ★多かった病気は？
 腹痛、頭痛、しんどい

その他：**135**人
 ★多かった理由は？
 学校外でのけがのしよち、
 きがえ など

日本スポーツ振興センターの 災害共済給付制度について

申請は2年以内!

学校管理下でけがなどをして
 医療機関を受診した場合は
 給付金が支給されます。
 申請もれはありませんか？



毎年加入していただいている
 日本スポーツ振興センター災害
 共済給付制度の申請を行うことが
 できます。
 学校でけがをして、病院を受診
 した場合は、担任または保健室
 までお知らせください。
 なお、保険点数の合計が500
 点未満の場合は不支給となります。
 (支払い金額ではありません)



保護者のみなさま

本年度も、学校保健活動にご協力いただきありがとうございました。
 今後も子どもたちの健康を支え、安全な学校生活を送ることができるよう
 サポートして参ります。どうぞよろしくお願いいたします。

来年度も保健室で待っています!

けがをした、具合が悪い、身長をはかりたい、話したいこと
 があるなどなど、今年度もいろいろな理由で保健室に来てくれ
 たと思います。そして、ベッドで休んでいる人もいるので静か
 にする、保健室の物を使うときは先生にひと声かけ、使った後
 はきちんと片づけるなどの保健室でのマナーもちゃんと守って
 くれましたね。来年度もみんなが気持ちよく保健室を利用でき
 るよう、ご協力をお願いします。先生も引き続き、みなさんの
 心とからだの健康を支えるため保健室で待っています!

