

# いきいき



令和3年3月  
大野幼稚園・小学校保健だより  
第 2 3 号

## 1年間大変よくがんばりました！

この一年間、保健室でもみなさんのいろいろな顔を見ることができました。泣いたり笑ったり怒ったり。その一年も残りわずかです。みなさんが楽しいことばかりの一年を過ごせたわけではないと思います。つらいことがあって乗り越えようと努力していた人もいたでしょう。そのがんばりはきっと心を強く、そしてやさしく成長させたことでしょう。

一年の区切りに「一年間よく頑張ったね」と自分をほめてあげてください。そして、気持ちを新たに、来年度を迎える心の準備をしましょう。

### ★3月の保健目標★

健康のふりかえりをしよう。



音って  
なあに？

糸電話はなぜ聞こえるの？

どこかでおこった「ゆれ」が、空気やいろいろなものを伝わって耳に届くと、「音が聞こえた」と感じます。



紙コップ2つを糸でつなぐと、糸電話のできあがり。ピンとはった糸をさわると、「ゆれ」ているのがわかるよ。でも糸をつまむと音は聞こえなくなります。音が「ゆれ」で伝わるのがよくわかるね。

保健室の利用件数  
...1060件

体調が悪くて来た人260人  
いちばん多かった症状... 頭痛

来室者がいちばん多かった月... 6月

ケガがいちばん多かった場所... 校庭

来室者がいちばん多かった時間... お昼休み

よしおくん：「ぼくはたくさんけがをしちゃったけれど、学校は休まなかったよ。それに、毎日朝ごはんを欠かさず食べてきたよ。」  
みおちゃん：「わたしは、頭が痛くてお休みした日があったけど、毎日歯みがきをていねいにしたよ。」



### 1年間の健康習慣をふりかえろう

できているら  にチェックを入れてね

**生活習慣**

- 早ね早おき
- バランスのよい食事
- てきどな運動

**病気の予防**

- はみがき
- うがい・手洗い
- 部屋のかんき

**こころの健康面**

- 元気にあいさつ
- 友だちにやさしく
- ストレスをためない

来年度は、できていなかったこともがんばろう

Thank you

「ありがとう」の気持ちを、きちんと言葉にできていますか？

「照れてしまうよ」とか「いちいち言わなくても伝わるでしょ」。そんなことから、言えないという人も多いかもしれませんね。また家族の中では、何かしてもらっても、当たり前のように思っているかもしれません。

3月9日は「サンキュー」＝「ありがとう」の日です。いつもより少し意識して「ありがとう」を言ってみませんか？ 言葉にすると笑顔も増えることに気がつくかもしれません。「ありがとう」を習慣に。

生活リズムチェックで1年間頑張った大賞になった4年生、優秀賞になった1年生に賞状を贈りました。

おめでとうございます！！



賞状とお花を贈りました♪



特に大賞になった4年生は5月の頃と比べるととても成長しています。ハンカチやティッシュ、水筒を毎日持ってくる人が増えました。また、爪も定期的に切っており、マスクも毎日予備まで持ってきていました。



6年生のみなさんに6年間の「成長の記録」を配布しました。体の成長を感じ、新しい発見や学びもあったようです。それぞれに渡したリボンは6年間で伸びた身長の中の長さです。「すごい！」「けっこう伸びてる！」と隣の人と比べていました。あと3週間、頼れるカッコいい6年生は、私たちみんなのお手本です。



1年間ほけんだよりを読んでくださりありがとうございました。

### 保護者の方へ

最後に・・・

今年度は、新型コロナウイルス予防のための対応、誠にありがとうございました。毎日の検温や健康観察など大変だったかと思います。お陰様で、新型コロナウイルス感染者だけでなく、インフルエンザにかかったお子さんもいませんでした。病気で保健室に来室した人数も約半数になりました。やはり、マスク・石けんでの丁寧な手洗い・換気・規則正しい生活習慣を送るなどの対策を毎日行っていただけのおかげだと思います。本当にありがとうございました。

次年度からも、感染症対策を徹底し、新型コロナウイルスやインフルエンザや様々な感染症が拡大しないように対策を講じていきたいと思っています。1年間、大野小学校のみなさんが健康に過ごすことができ、感謝の気持ちでいっぱいです。