

すこやか

豊橋市立高根小学校
令和6年3月4日
ほけんだより No. 17



「一月往ぬる 二月逃げる 三月去る」というように、あっという間に3学期が終わろうとしています。今の学年で過ごすのも残りわずかとなりました。残り1か月、次の学年へ向けての準備期間として、落ち着いて過ごせるとよいですね。



せいかつ
生活の
はんせい
反省をしよう



3度の食事を好き嫌いせずバランスよくとった



早寝早起きをして1日8時間くらいぐっすり寝た



毎日、規則正しい生活リズムですごせた

1年間の健康生活をふり返ってみよう



適度に運動をして積極的にからだを動かした



ケガや病気の予防を心がけて、実行できた



友だちと仲よくできた喧嘩しても仲直りできた

6つともできた!

すばらしいです!
その調子で続けていこう!

4~5つできた!

もう少し!
できなかったところは
来年の目標にしよう。

1~3つできた!

がんばって!
ほかの健康習慣も
取り入れてみよう。

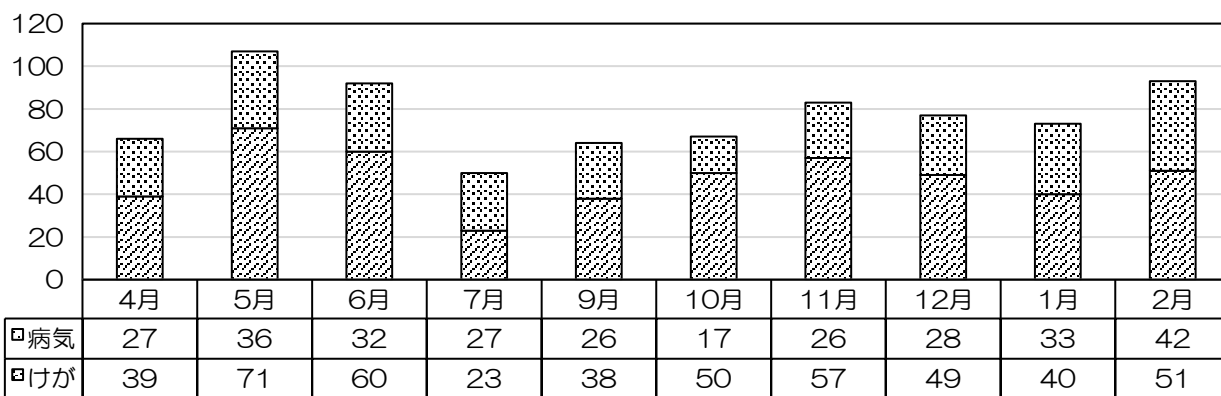
できなかった!

ごんねん!
できそうなことから
取り組んでみよう。

たかねしょうがっこうほけんしつ ねんかん 高根小学校保健室の1年間

<u>けが</u>	<u>びょうき</u> 病気
1位 すり傷 (151件)	1位 頭痛 (114名)
2位 だぼく (131件)	2位 腹痛 (67名)
3位 切り傷 (38件)	3位 気もちわるい (63名)

ほけんしつ らいしつ ひと つきべつ
保健室に来室した人 (月別)



受診、忘れて いませんか？

今年度もあと少しです。健康診断後の受診率は歯科が78.7%、視力が69.7%です。受診が済んでいない人は、健康な体で来年度をスタートさせるためにも、春休み中に受診することをおすすめします。「受診報告書」をなくしてしまったり、提出を忘れていたりする場合は、再発行しますので、お声がけください。

保護者の方へ

来年度から食後の歯みがきの習慣化を図ることや正しい歯みがきを身につけることを目的に、給食後に歯みがきタイムを設定する予定です。そこで、春休み中に次の用意をお願いいたします。

- ・ 歯ブラシ (キャップなどはしない)
- ・ 割れないコップ (プラスチックなど)
- ・ これらを入れる巾着袋

毎週月曜日に持ってきて、金曜日に持ち帰ります。コップの洗浄や歯ブラシのチェックをお願いします。

保護者の方へ

学校でのけがで受診した場合、スポーツ振興センターから災害給付金が給付されます。受診したものの、申請されていないものがありましたら、書類をお渡しいたしますので、担任までご連絡ください。

