

ほけんたいより



“春”は別れと出会いの季節です。6年生は中学校へと巣立っていき、1～5年生はそれぞれ進級します。春の雨のことを「甘雨」と言います。草花や作物に命を与える優しい雨の事です。ひと雨ごとに草花や作物は雨水の優しさを受けて伸び伸びと成長していきます。4月から新たな環境での生活が始まります。雨水の優しさを受けた草花のように伸び伸びと成長して欲しいと願っています。

ほけんしつ
保健室の
らいしつしゃすう
来室者数
…のべ **2081**人
令和7年4月7日～令和8年3月13日

ケガ
のべ **1605**人
一番多かったケガ… **打撲**

具合が悪い
のべ **476**人
一番多かった症状… **頭痛**

らいしつしゃ
来室者が
多かった月… **10月**

らいしつしゃ
来室者が
多かった曜日… **木曜日**

【保護者の皆様へ】
今年度も、学校保健活動にご理解とご協力いただきまして、ありがとうございました。
保健関係の書類ですが、6年生は3月23日に返却いたします。1～5年生は3月25日に返却いたします。みどり色の封筒は来年度1年間使います。各種書類を新年度に向けて、ご記入・加除訂正をお願いいたします。新学年のクラスと番号などご記入いただきまして、**4月7日(火)**までにご提出をお願いいたします。

東京都学校歯科保健優良校に選ばれました。歯科検診の結果や夏休み・冬休みの歯みがきカレンダーなどむし歯にならないための活動が認められ学校全体に贈られました。


みんなとき どうする？



ぜんもんせいかい
全問正解で
100点を
目指そう!!

1 ころんでひざをすり
むいたら

①よく洗って保健室へ
②そのまま保健室へ




2 あつ ひ うんどう
暑い日に運動をする
ときには

①のどが渇いてから水分をとる。
②運動をする前からこまめに水分をとる。

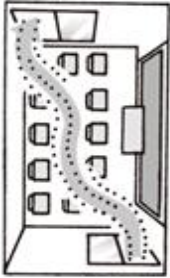
3 せきやくしゃみがよく
出る時は

①その度に、手で口を押える。
②マスクをするのがエチケット。




4 へ や かんき
部屋の換気をする
ときは

①窓だけを開ける。
②空気の通り道をつくるように、対角線の2カ所を開ける。




5 カチカチうんちや
ベチャベチャうんち
がでるときは

①赤・黄・緑の栄養をバランスよく食べる。
②ヨーグルトだけをたくさん食べる。




6 か ぜ はなみず で
風邪で鼻水が出る
ときは

①強くかんで鼻水を出し切る。
②片方ずつやさしくかむ。



7 ねつ
熱があがりはじめ
たら

①あたたかくして休む。
②薬を飲んだら運動してもいい。



8 やけどをしてしまっ
たら

①痛みがなくなるまで水で冷やす。
②氷を直接当てて、急いで冷やす。

9 どいじょう ねつ
38度以上の熱が
急に出了ら。

①2~3日ゆっくり休む。
②何かの感染症かもしれないので病院へ行く。

10 ねむ つぎ ひ
眠れなかった次の日は

①朝寝坊してでもたくさん寝る。
②いつも通りの時間に起きてリズムを乱さない。

もん てん けいさん
1問10点で計算しよう。

100