



げんき



はるやす ちゅう
春休み 中も
しっかり歯を
みがこうね!

ほけんだより NO. 15 R4. 3. 23 川本南小学校保健室



1年間、よくがんばりました!!

この1年間、泣いたり、笑ったり、怒ったり・・・保健室でも皆さんのいろいろな顔を見ることができました。その1年も残りわずかです。みんなが楽しいばかりの1年を過ごせたわけではないと思います。辛いことがあって、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はずです。1年の区切りに「1年間よくがんばったね。」と自分をほめてあげてください。

新しい学年への準備として大切な春休み。

『早寝・早起・朝ごはん』を守って、元気に新年度の第一歩をふみ出せるようにしましょう。



1年間をふり返ろう

☆できていたら、□にチェックをしましょう。

健康に過ごせたかな?

 <input type="checkbox"/> 朝ごはんを毎日食べた	 <input type="checkbox"/> 毎日、歯みがきをした	 <input type="checkbox"/> ハンカチ・ティッシュを持ってきた	 <input type="checkbox"/> 好き嫌いせずに食べた
 <input type="checkbox"/> 外で元気に遊んだ	 <input type="checkbox"/> 石けんで手洗いした	 <input type="checkbox"/> 夜ふかしせずに早く寝た	<p>新しい学年を元気に迎えられるように、春休みも生活リズムを整えて生活しましょう!</p>

春休み 中も感染症対策忘れずに!

朝の健康観察



マスク



手洗い



密をさける



規則正しい生活



健康観察カードは春休み 中も忘れず記入し、始業式の日に持ってきましょう。

954人

けがで保健室を利用した人数です。ちょっとした不注意で起こるけがを減らしていきましょう！

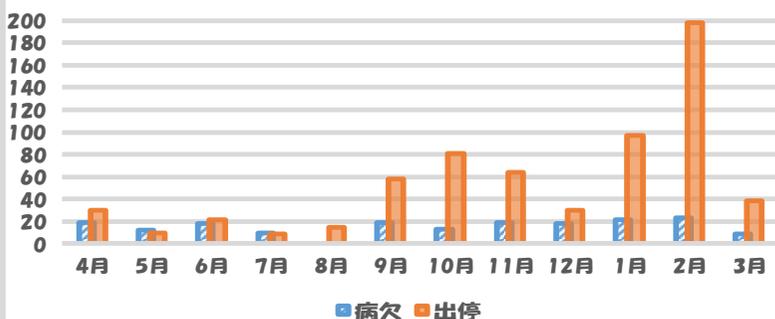
一番多かったけがは、だぼくでした。

345人

病気で保健室を利用した人数です。どうして体調が悪くなったのか自分の生活をふりかえることが大事ですね。

一番多かった症状は、頭痛でした。

病気欠席・出席停止日数の合計



11日

全校児童が登校できた『ニコニコデー』の日数。

- 1学期…9日
- 2学期…2日
- 3学期…0日



R4.3.11 現在



祝 さいたまけんがっこうし か ほけん ゆうりょうこうじゅしょう 埼玉県学校歯科保健コンクール優良校受賞！



川本 南 小 は今年度の埼玉県学校歯科保健コンクールで優良校を受賞しました。学校歯科医の藤野先生のご指導の下、むし歯予防のためのフッ化物洗口や歯・口の健康づくりの取組、児童保健委員会やPTAの活動、ご家庭の歯科保健に対する意識の高さ、全校の永久歯のむし歯の本数が大変少ないこと、治療率の高さなどが評価されました。



保護者の方へ



今年度は、工夫してなるべく実施しようを目標に保健活動を進めてきましたが、やはり新型コロナウイルスの関係で予定どおりいかないこともありましたが、保護者の皆様には、今年度も朝の健康観察を始め、感染症対策にご理解とご協力をいただき、ありがとうございました。

1年間、保健室から子どもたちが元気に学校生活を送ることができるようにお手伝いをさせていただきました。そして、様々な経験を通して成長していく子どもたちからたくさんパワーをもらいました。

来年度も子どもたちが健康で安全に過ごせるようお手伝いをしていきますので、どうぞよろしくお願いいたします。

『性に関する指導』

かけがえのない命・大切な自分 そして 思いやり



性に関する指導へのご協力をありがとうございました。心身の発達や生命の尊さを理解し、自分の存在を大切に思うとともに周りの人を思いやり、豊かな人間関係を築いてほしいと願っています。

ねんせい * 1年生

『男の子・女の子』

* おうちの人へのお手紙より *
男の子と女の子のちがうところは「せいき」とわかったよ。せいきはとてもだいじなのでらんぼうにしたり、いやがることはしないことがわかったよ。赤ちゃんが生まれるときまでだいじにしていきたいよ。



ねんせい * 2年生

『おへそのひみつ』

* おうちの人へのお手紙より *
ママ、わたしをだいにそだててくれてありがとう。おへそのべんきょうをして、やく10か月かんもわたしはおなかの中にいて、赤ちゃんのたまごはすごく小さいことがわかりました。ママ、わたしをたいせつにしてくれてありがとう。大好き♡



ねんせい * 3年生

『わたしたちのいのち』

* おうちの人へお手紙より *
わたしは、お母さんやお父さん、おじいちゃん、おばあちゃん、そしてたくさんのごせんどさまから命のバトンをもらって生きていることが分かって、わたしも命のバトンをひきついでいきたいと思ったよ。
お母さん、お父さん、いつも私を大切にそだててくれてありがとう。



ねんせい
* 4年生

たいせつ じぶん
『大切な自分をまもろう』

じどう かんそう
* 児童の感想より *

この学習でプライベートゾーンなど、初めて知ったことがたくさんありました。そして、心はきずつくと治りにくいことがわかりました。

困ったときは大人の人に相談して、一人ではやまないで自分で自分を守っていきたいです。



ねんせい
* 5年生

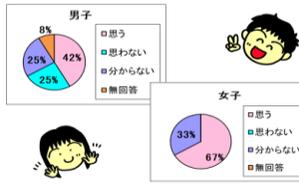
じょうほう
『情報とわたしたち』

じどう かんそう
* 児童の感想より *

私はたまに思ったことをそのまま言葉にして相手を傷つけることがあります。なので、心のブレーキを意識して、相手のことを思い、これからの生活に使ってみようと思いました。



自分の体が大人に近づいてきたと思いますか？



ねんせい
* 6年生

いのち
『すてきな命、かがやく命』

じどう かんそう
* 児童の感想より *

みんな生きる意味を持って生まれ、「2億分の1のキセキ」で今ここにいて、改めて、人間(命)はすごく大切なもので、簡単には捨ててはならないものだと思います。命を大切にするため、ホッとタイムを作る、心配だったら相談する、コワイと思ったら逃げる！というのを忘れずに過ごしていきたいです。いっぱい悩んでもいいと思います。自分の命は宝石以上にかがやいていて、すてきな命なんだなと思いました。お母さんや家族に感謝したいです。



生まれながらに持っている
“命の力”を大切にするために

- ホットする時を大切にする
- 心配な時は相談する
- 自分の気持ちを伝える
- イヤな時・イヤな事は伝える
- コワイと思ったら逃げる



自分の命も、相手の命も