



令和8年3月2日
江戸川区立平井小学校

1年生は入学してから、2～6年生は進級してから1年が経とうとしています。運動会や学習発表会、社会科見学等、たくさんの行事を経験し、心も身体も大きく成長していると日々感じています。6年生は中学校、1～5年生は進級してさらに成長していく姿を見るのが今から楽しみです。



3月の保健目標 1年間のまとめをしよう

3月の保健目標は「1年間のまとめをしよう」です。保健室では、毎年3月に1年間でどのくらいの人数が保健室に来たのか、一番多いケガは何なのか、ケガの多い場所はどこなのか確認をします。1番多いケガは「打撲」、けがの多い場所は「校庭」でした。4月からは、一番多かったケガが減るように声掛けを行ってきます。ご家庭でも、1年間健康に過ごせたか、ケガはなかったか、そして4月から楽しく健康に過ごすためにはどうすればよいのかを、ぜひ話し合ってみてください。



↑ レベルアップをした？
↑ この一年で、どんな

この1年間で成長したのは体
だけではありません。
1年前はできなかったけど、
できるようになったことがたくさんあるはずです。

- 例
- ★ 授業で発表できるようになった
 - ★ 跳び箱5段を跳べるようになった
 - ★ 苦手なピーマンを食べられるようになった

★ 振り返って書き出してみよう



1年間伸びる身長は5～6cmとされています。高学年ではもっと伸びている人もいました。身長

以外にも、記録が伸びたもの・頑張ったものを思い出して、自分を褒めてあげましょう。そして、4月か

ら何をレベルアップしたいのか考え、1年間が過ごせると良いですね。

🌟 4月に配布する保健関係資料 🌟

4月10日(金)までにご提出ください

3種類の保健資料を4月に返却・回収を行います。(4月の保健日よりでも再度ご連絡いたします。)
記入漏れが多くなっていますので提出前に今一度、記入漏れがないかご家庭で確認をお願いいたします。

①保健資料 (水色)

- 新学年のところに記入ください。
- **平熱**の記入を忘れずをお願いします。また、**勤務先の変更**、**電話番号の変更**などの訂正がある場合は、変更欄に記入をお願いします。
- クラスと出席番号の記入忘れにご注意ください。

②結核検診問診調査票 (オレンジ色)

- 新学年のところに記入ください。
- 内科検診の際に使用します。
- Oのつけ間違いにご注意ください。

おうちで調査票の記入をお願いします



③運動器検診保健調査票 (白色)

- 新学年のところに記入ください。
- 1～6の項目で気になる部分があった場合は、内科検診の際に脱衣での検診に同意するか、同意欄に忘れずOをお願いいたします。
- 記入漏れが多いです。左右のものが多いため、もれなくご記入ください。

いくつ知ってる? 感謝の言葉

日本語には、状況や相手への気持ちに応じて感謝をあらわす言葉がたくさんあります。

感謝をあらわす言葉たち

ありがとう

お世話になりました

一緒にクラスでよかった

うれしい

美味しかったよ

いつも頼りにしてるよ

いただきます

ごちそうさま

助かったよ

元気もらったよ

さすがり

あなたがいるから頑張れる

また遊ぼう

参考になったよ

さすがり

3月9日は「サンキユーの日」。この機会に、日ごろの感謝を素直な言葉で伝えてみるのもいいですね。

