



ほけんだより

おうちの人といっしょに読んでください。

令和5年3月1日
江戸川区立大杉第二小学校
校長 笠井 三恵子
養護教諭 平佐田 結香理

少しずつ寒さも和らぎ、やわらかな春の日差しが嬉しい季節となりました。

3月は、1年間の締めくくりの月です。楽しかったこと、大変だったこと、様々なことがあった1年だったと思いますが、体も心も元気に過ごすことは出来ましたか。この機会に、自分の生活を振り返りましょう。

そして、6年生には卒業、1～5年生には新しい学年への進級が近づいています。病気やけがに注意して4月元気にスタートをきりましょう。

3月の保健目標

1年間の健康を振り返ろう！



3月3日は「耳の日」耳を大切に



ヘッドフォンの音量はひかえめに。大きな音は耳に悪いだけでなく、交通事故の危険もあります。



耳の裏側も洗っていますか？ 洗い忘れの多いところなので、意識してきれいにしましょう。



耳あかは日を決めて定期的に取りましょう。耳掃除はしすぎも良くないです。2～3週間に1度程度にしましょう。

学校保健委員会を行いました！

令和5年2月14日（火）に学校保健委員会を開催しました。新型コロナウイルス感染症の影響により、令和2年度と3年度は対面での開催ができずにいましたが、今回は出席者の人数を制限するなどして、開催することができました。短い時間ではありましたが、今年度は図書室で保健室利用状況等の説明を行った後、「からだの不調は心のSOS」と題しまして、本校スクールカウンセラー安海錫先生を講師にお話をしていただきました。詳しい内容につきましては、後日別紙でお伝えします。



御参加いただいた PTA 役員、保護者の皆様、ありがとうございました。

1年間の健康生活を振り返ってみよう



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



友だちと仲良くできた、喧嘩しても仲直りできた



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

◎保護者の方へ ～災害共済給付制度について～ もう一度御確認ください。

日本スポーツ振興センターの災害共済給付制度に加入しているため、学校管理下で生じた負傷や疾病等で医療機関を受診した場合、給付金が支払われます。

- 学校管理下とは、授業中や休み時間、登下校中など。
- 医療費が5,000円以上（窓口での保護者負担額が1,500円以上）が対象
- 支払い請求の効力は、給付事由が発生してから2年間

御不明な点がありましたら保健室までお問い合わせください。