

# ほけんだより 3月

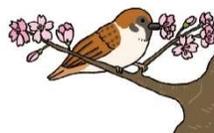
令和7年2月28日  
江戸川区立平井南小学校  
校長 諭  
養護教諭  
No.11

保健室の窓からも、柔らかな春の日差しが入ってくるようになりました。早いもので、今年度も残りわずかとなりました。3月は節目の月で、6年生は卒業式を、他の学年も進級を目前に控えています。気持ちよく今の学年を終えられるよう、残りの日々を大切に過ごしましょう。

そして、3月9日は「サンキューの日」だそうです。「ありがとう」「楽しいね」「嬉しいね」「よく頑張ったね」など、人の気持ちを明るくする言葉は、脳をよく発達させると言われています。この機会に、普段言えずに心にたくさん溜まっている「ありがとう」を伝えてみるのも良いですね。



3月の保健目標  
～1年間の生活をふりかえりましょう～



## 今年度1年間で ふり返ってみよう



**4月**  
あたら  
新しいクラスや  
友だちにはすぐ  
慣れましたか？

**5月**  
れんきゅうあ  
連休明け、  
心身の疲れが  
出ませんでしたか？

**6月**  
はくち けんこう  
歯と口の健康に  
気をつけることが  
できましたか？

**7月**  
なつちゅうたいさく  
熱中症対策を  
しっかり  
行えましたか？

**8月**  
なつやす ちゅう  
夏休み中も  
規則正しい生活が  
できましたか？

**9月**  
あき  
スポーツの秋。  
元気に体を  
動かしましたか？

**10月**  
め じぶん  
目にやさしい生活を  
心がけましたか？

**11月**  
ねこび  
猫背に  
ならず  
背筋を伸ばして  
いましたか？

**12月**  
かんせんしゅうたいさく  
感染症対策を  
しっかり  
行えましたか？

**1月**  
いつまでも  
お正月気分が続いて  
いませんでしたか？

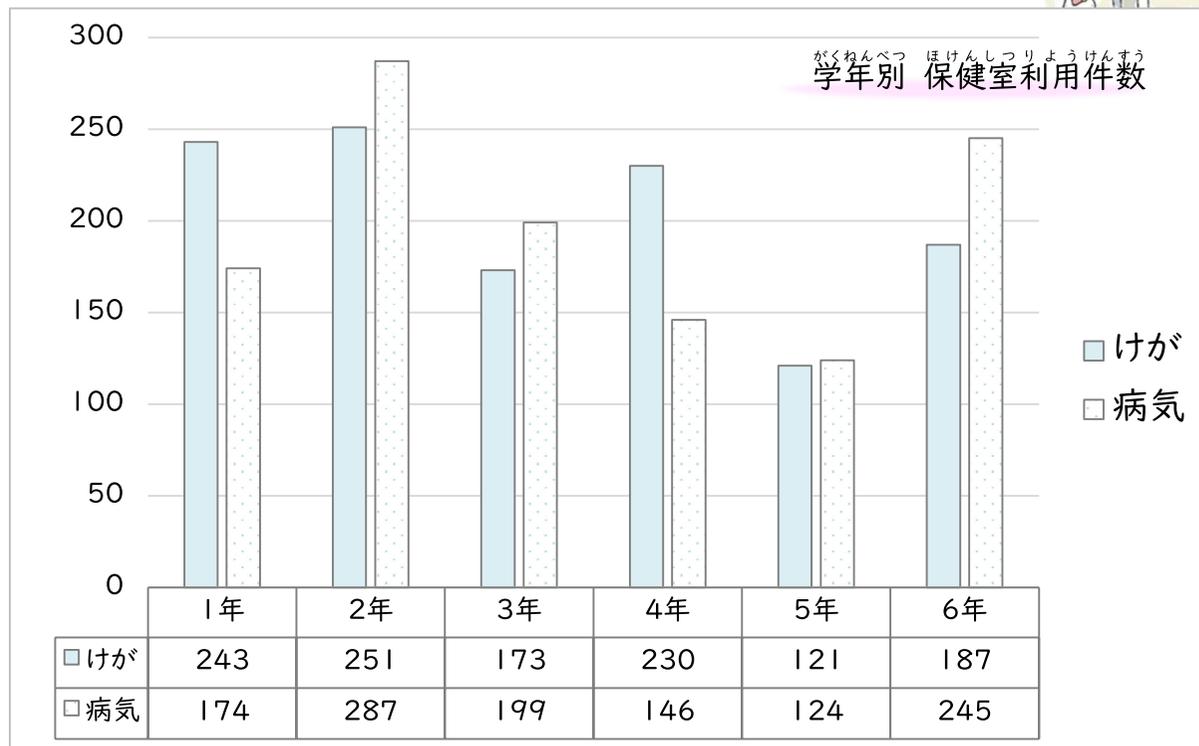
**2月**  
ストレスを  
上手に解消  
できましたか？

**3月**  
今年度、心も  
からだも健康に  
過ごせましたか？

## ほけんしつ おんかん 保健室の1年間



～令和6年度(4月1日から2月19日まで)のけがや病気で保健室利用件数です～



- 授業中に保健室に行かなければならないのか、休み時間まで待てそうなくらいなのか、自分でよく考えてみよう!
- 来室が多かった曜日は、**火曜日**でした。
  - 来室が多かった時間は、**普通授業中**でした。
  - けがが一番多かった症状は、**打撲**でした。
  - 病気で一番多かった症状は、**腹痛**でした。
  - けがをした場所で一番多かったのは、**教室**でした。
  - けがをした部位で一番多かったのは、**膝**でした。



### 胃腸炎が流行中!

江戸川区内で、胃腸炎による学級閉鎖が増えてきています。下のことに気を付けましょう!

手洗い・うがいを  
丁寧に



友達とタオルの  
貸し借りをしない



学校で嘔吐したら、先生に伝える  
※なるべく嘔吐袋の中に吐く