

令和 8 年 2 月 25 日

保護者様

江戸川区第三葛西小学校

養護教諭 田畑 佳子

ほけんだより オアシス

今年度最後の月になりました

この秋から春にかけて、インフルエンザの流行は続いています。昨年秋から年末までは A 型、年が明けてからは B 型が主流になっています。2 月 2 週に、4 年 2 組が学級閉鎖を祝日を挟んで 3 日間行いました。

ただ、近隣の学校に比べて閉鎖が多くないのは、早めに保護者が変化を察知して、休ませ受診しただけのおかげだと思います。3 月にはピークが過ぎて、学年末のまとめをしっかりとできることを願います。

3 学期の歯みがき週間が始まります

3月2日(月)～6日(金)	1組・かぜのこ学級1～4年
3月9日(月)～13日(金)	2組・かぜのこ学級5, 6年

☆持ち物：歯ブラシのみ、記名して給食袋に入れて持ってきてください。

コップや歯みがき剤は不要ですが、どうしても使いたい人は記名して持参しても良いです(コップは持ち手のついたプラスチック製のものに限りません)。

今月の保健目標

1年間の健康生活の反省をしよう

1年間の健康生活を振り返ってみよう



3食、好き嫌いせずに
バランスよく食べた



早寝早起し、規則正しい生活リズムで過ごせた



ゲームやスマホばかりせず、適度に運動をした



ケガや病気の予防を
進んでしっかり実行できた



友だちと仲良くし、けんかしても仲直りできた



いつも身の回りを清潔に保つことができた

～心のとげ、刺さったままになっていませんか～

保健室に時々、手指に刺さったとげを抜いてもらいに来る児童がいます。刺さった状態ではずっと気になっていたらしく、抜いた瞬間どの子もほっとした表情も見せます。

同じく、見えないけれど「心のとげ」は刺さったままになっていませんか？誰かに話を聞いてもらうだけでもすっきりしますよ。おうちの人や先生、カウンセラーの先生に聞いてもらいましょう。