

ほけんだより

家庭数 R8-3月号

こんげつ ほけんもくひょう
今月の保健目標

ねんかん けんこう
「1年間の健康をふりかえろう」

引用：健康教室 東山書房

ねんかん けんこう 1年間の健康をふりかえろう

今年度も残すところあと1ヶ月となり、1年の締めくくりの時期となりました。この1年で子ども達は、たくさんの経験を経て、できた「喜び」、できなかった「悔しさ」などの感情を抱くことで、心もからだも大きく成長しました。このようにいろいろな感情や経験を経て、人は成長していきます。マイナスの感情は必ずしも悪いことだけでなく、失敗も明日への「種」となります。一歩ずつ自分のペースで成長してほしいと願っています。

保護者の皆さま、子ども達の心身の健康・安全に関わる保健室の取り組みにご協力をいただき、ありがとうございました。次年度もどうぞよろしくお願いたします。



ねんかん けんこう す 1年間、健康に過ごせましたか？

- 規則正しい生活を続けられた？
- ケガや病気の予防ができた？
- 適度な運動ができた？
- 好き嫌いなく食事ができた？



どんな1年でしたか？

ほけんいいんかい ◆保健委員会「クイズラリーイベント」を実施しました！

保健委員会では、11月から計画を進めてきた「手洗いクイズラリーイベント」を実施しました。手洗いに関するクイズを4問出題し、正解するとスタンプがもらえるという企画です。宮前平小学校の児童が正しく手洗いを身に付け、風邪やウイルスに負けず、元気に学校生活を送ることができるよう、願いを込めて企画、運営しました。参加した児童が楽しそうに取り組む姿が多く見られ、保健委員会の児童にとっても大きなやりがいに繋がりました。準備や当日の運営を通して、主体的に活動する姿や成長が感じられました。

今後も児童が主体となる委員会活動を大切にしながら、取り組んでまいります。



ねんかん ほけんしつらいしつにんずうしゅうけい
◆1年間の保健室来室人数集計

1年間の保健室来室人数をまとめました。最もけがでの来室が多い月は10月で268件、体調不良での来室が多い月も同じく10月で172件でした。けがの来室理由は、①だぼく②すり傷③ねんざの順で上位を占める結果となりました。体調不良の来室理由は、①頭痛②腹痛③気分不良の順で上位を占める結果となりました。保健室では、手当のみではなく、けがを防ぐためには何ができたのかを子ども達に振り返らせたり、体調不良の原因を一緒に探ったりしています。今後も子ども達の自己健康管理能力を高めるための支援をしていきたいと考えています。

ほけんしつ
保健室の1年間



ケガの件数

1193 件

※昨年度1086件



病気の件数

654 件

※昨年度866件

※R7.4.7~R8.2.20までの集計結果です。

ほけんかつどう
保健活動のお知らせ

12月22日(月)に4年生で体育科保健領域「体の発育・発達」の4時間自「よりよい発育・発達のために」の授業を行いました。宮前平小学校では、学校栄養職員が食事、体育専科教員が運動、養護教諭が休養・睡眠を担当して授業を行いました。それぞれの分野の専門教員が授業に携わることで、児童がより興味関心をもって授業に参加できるよう工夫しています。授業の最後に子ども達は、生活に役立てる目標をたてました。ご家庭でも子ども達の健やかな発育・発達のため、自主的に基本的な生活習慣を整えていけるよう引き続きサポートをお願いいたします。



しょくじ
食事

うんどう
運動



きゅうよう すいみん
休養・睡眠

かんでん
**3つの観点を
 バランスよく
 生活の仕方に気をつける**

からだ はついく はったつ
体のよりよい発育・発達

