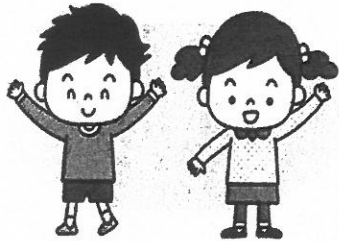


ほけんだより 3月

平成 30(2018)年 3月
茨木市立穂積小学校

げんき
元気にステップアップ...

この1年でこころもからだも
成長したね!



ひざしがあたたかく感じられ、風の冷たさもゆるんできました。時がたつのは早いもので、年度末をむかえました。

1年間をふりかえると、みなさんの成長にはおどろかされます。一人ひとり、いろんな「できるようになったこと」がふえましたね。みなさんの成長をおうちの人も先生たちも、うれしく思っています。

4月には学年がひとつあがりますね。みなさんの夢を実現するためには「健康」が大切。そのためには、すいみん・栄養・運動などよい生活習慣をこころがけましょう



ほけんしつ
保健室

おんかん
1年間の来室者数

2048人



びょうき
病気で
来室者

605人



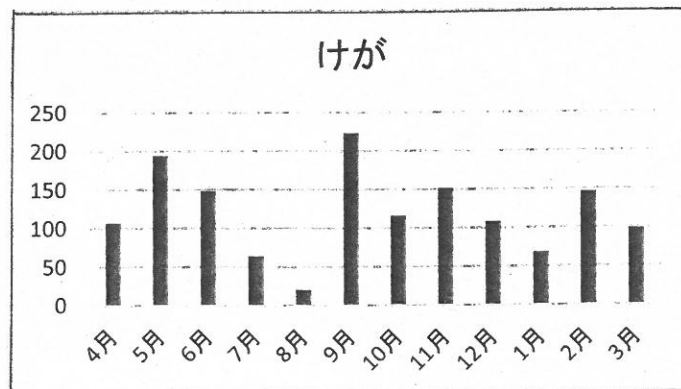
けが
けがで
来室者

1443人

ケガで多かったのは、
①だぼく・つきゆび
②すりきず
③頭のだぼく



ケガをして受診した人
(病院などに行った) 43人



みみ だいせつ
耳を大切にしよう!

花粉症の人にはつらい時季です。みなさんは鼻をかむとき、両方いちどにかなだり、おもいきり力をいれていませんか? 耳と鼻は体の中でつながっています。(どちらも耳鼻科のお医者さんがみてくれます。)

片方ずつやさしく鼻をかむことが耳をいたわることにもなります。



おんかん かえ
1年間をふり返ってみよう

たくさんチェックが入れた人は、体も心も健康な1年だったといえます。あなたはどうか?

<からだ>

- ☐ すいみんをしっかりとした
- ☐ すききらいせず何でも食べた
- ☐ 体をよく動かした(あそび・運動など)
- ☐ いつもうんちがすっきり出た
- ☐ てあらい・うがいをよくした
- ☐ あいうべたいそうをがんばった



<こころ>

- ☐ 友だちとなかよくできた
- ☐ ストレスをしょうすになくした
- ☐ 笑顔でいることが多かった
- ☐ なやみごとをそうだんできた
- ☐ いろいろなことに積極的に取り組めた



やすみ かいだ
春休みの間にすませよう



みなさんからの笑顔と「ありがとう」がうれしかったです。これからもみなさんの成長をおうえんしています。

