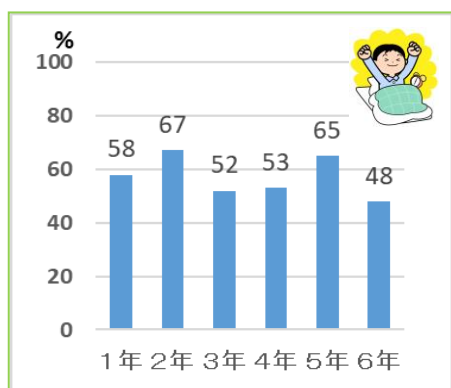


保健だより

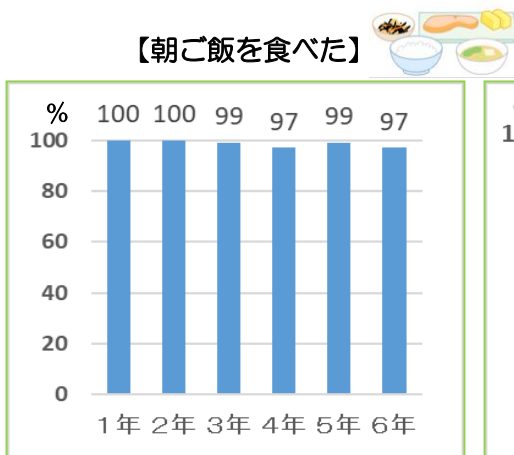
雨や曇りの多かった梅雨が終わると、いよいよ夏本番です。楽しい夏を過ごすためには、暑さに負けない体づくりが必要です。規則正しい生活習慣を心がけて、けがなく元気に夏を過ごしてほしいと思います。今回の保健だよりには、5月10日～16日に全校児童を対象に行った「生活リズムチェック」の結果を載せています。ぜひ、お子様と一緒に確認をしていただき、生活習慣について振り返るきっかけになればと思います。

生活リズムチェック結果

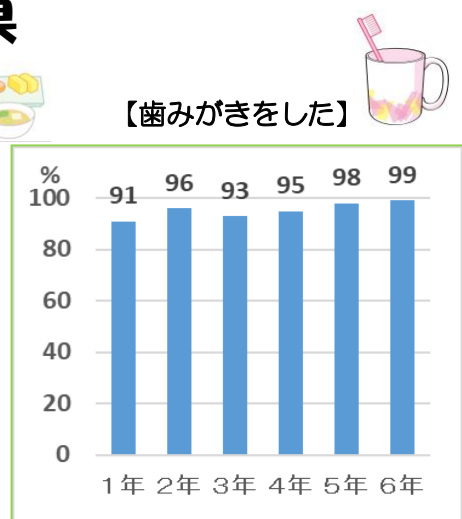
【早起きができ★6時30分★】



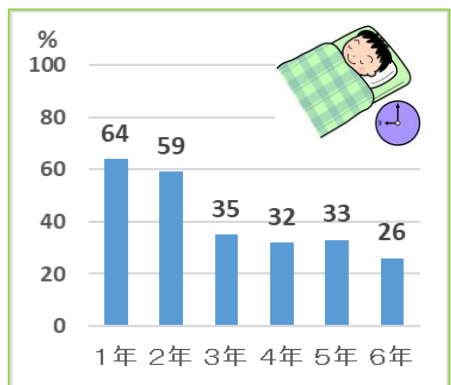
【朝ご飯を食べた】



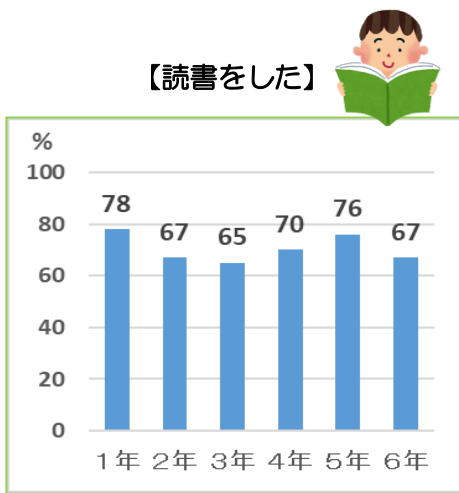
【歯みがきをした】



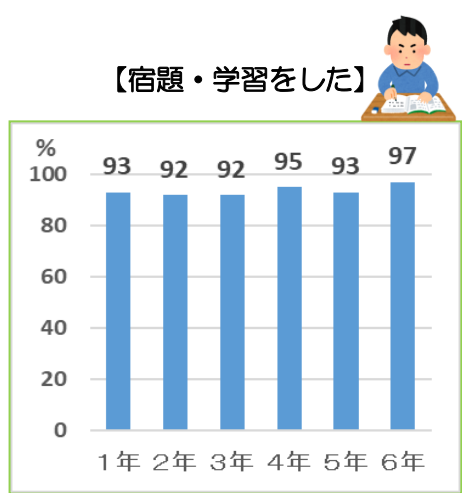
【寝た時間★9時★】



【読書をした】



【宿題・学習をした】



定着していること

朝食・歯みがき・宿題や学習の項目は9割以上の児童が「できた」と回答しています。

伸びていて良い傾向

読書率は前回と比べて、伸びています。



減少して残念な傾向

就寝時刻の遅い児童が多く、学年が上がるにつれて、「できた」と回答した児童は減少しています。



次回の生活リズムチェックは夏休み明けの9月に実施予定です！

保健委員会の活動



ハンカチチェックを行いました

6月9日～11日、15日の4日間で保健委員会が朝の時間に各教室に行き、ハンカチを持ってきているかチェックを行いました。下記の結果は、4日間のハンカチの所持率や忘れた人数の平均から総合的に見て出しています。低学年から高学年まで所持率が高く、「**さすが中和小だな**」と嬉しくなりました。

～結果～

第1位	4年1組
第2位	2年2組・6年1組
第3位	そよかぜ学級



【6月の委員会の様子】

担当するクラスを決めた後は、チェックの方法を確認して、一人ずつ練習をしました。

☆番外編☆

「職員室の先生方にも聞いてみよう！」という児童の声もあり、朝の時間に職員室いた教職員に、委員会の児童が話を聞きました。その結果、4日間毎日、全員がハンカチを持ってきていました。「**さすが中和小**」です！



【ハンカチをどこに入れていますか？】

先日、手洗い後の児童が濡れたままの手で、教室に戻ろうとしていたので「ハンカチは？」と聞くと、「ランドセルの中です」と答えました。教室以外の場所などで活動した時に、ハンカチが必要になることは多々あります。いつでもすぐに使えるように、標準服のポケット等に入れておくようにしてください。

6月の保健室利用状況

けが 164人 病気 33人

6月の感染症情報

なし

7月の保健目標

夏を健康に過ごそう

水泳指導が今週から始まりました。感染症対策を行いつつ、けがのないように見守っていきたいと思います。



プールに入る前にもう一度確認！～つめが伸びていませんか？～

保健室には「つめが長くて割れてしまった」「友達のつめが当たって傷ができた」という理由で来室する児童がいます。つめが長い状態のままだと衛生面だけではなく、安全面においても友達を傷つけてしまう等、危険です。水泳指導も始まったため、ご家庭でお子様の手と足のつめを週に1回は確認していただくよう、ご協力をお願いします。

