

保健だより 3月



令和7年3月 no.5
墨田区立第三吾孺小学校
校長 川中子 登志
保健室

3月に入り暖かい日も増えてきました。天気が良いと気持ち良いですね。花粉症の人にはすこし辛いですが・・・。

今年度も残りわずか、心も体も元気に過ごせましたか？振り返ってみましょう。進学や進級で不安な人もいるかもしれませんが、新しい環境を楽しめるように心と体も準備しておきましょう！



今月の保健目標

けんこうせいかつはんせい
健康生活の反省
をしよう

1年間、健康に過ごせたかな？

よくできたなら◎、まあまあできたなら○、
あまりできなかったなら×をつけてね。

- 早寝早起きができた
- 毎日3食きちんと食べた
- 食べ物のすききらいをへらせた
- 元気に運動した
- 外から帰った後、手洗した
- 大きなけが・病気をしなかった
- 友だちとなかよく過ごした
- 食後はきちんと歯をみがいた



できたところ(◎や○がついたところ)は、これからも続けていきましょう。もう一歩だったところ(×がついたところ)は、4月からの1年間で◎や○になるように、がんばっていきましょう。

Are you ready? 春体みのうちに済ませておこう！



早寝、早起きの習慣をつけよう



治療を済ませておこう



サイズが合わなくなった物は新しくしよう



借りている物は返そう



次の学年で使う物を準備しよう



R7年3月14日現在



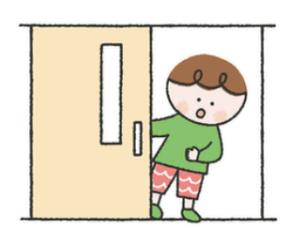
ケガの件数

1784件



病気の件数

831件



1日の平均利用者数

13人

保健室の1年間

どのくらい利用したかな？
みんなの健康のふりかえり