

ほけんだより 3月

令和8年 3月9日 第14号
南城市立玉城小学校 保健室



3月の保健目標 ○ 健康生活の反省をしよう

少しずつ気温も上がり、春らしい暖かな日差しも感じるようになってきました。3月は『旅立ち・別れ』の季節ですね！玉城小からも72名の6年生が中学校へと旅立っていきます。寂しい気持ちもありますが、残りわずかな小学校で過ごせる時間を楽しんで元気に巣立って行ってほしいと思います。



玉城小の保健室の

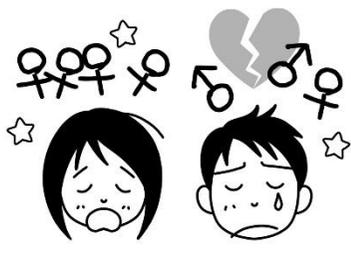
1年間を振り返ってみました



けが 604人



病気 549人



その他 5人

※R8年2/27までの数値です。

けがの種類ランキング

- No.1 すり傷 (230件)
- No.2 だぼく (137件)
- No.3 きり傷 (88件)

けがの場所ランキング

- No.1 教室 (164件)
- No.2 運動場 (160件)
- No.3 体育館 (48件)

病気の症状ランキング

- No.1 頭痛 (230件)
- No.2 かぜ症状 (137件)
- No.3 気分不良・顔面蒼白 (88件)

今年度の保健室来室件数では、6月が最も多く、次に2月が多くなっています。けがと病気の件数を比べると、けが等での来室が52%、病気での来室が47%とけが等での来室が少し多かったです。今年度は、大きな事故や救急搬送はありませんでしたが、「小さなけが」から「大きなけが」につながることもあるため、安全な遊び方や過ごし方などの指導を継続して実施していきたいと思います。1年間、保健室運営に御理解・御協力いただき、ありがとうございました。

★みなさんも自分自身の1年生を振り返ってみよう！規則正しい生活はできたかな？健康に過ごすことができたかな？楽しく過ごせたかな？チェックしよう！



3度の食事を好き嫌いせずバランスよくとった



早寝早起きをして1日8時間くらいぐっすり寝た



毎日、規則正しい生活リズムで過ごせた

1年間の健康生活を振り返ってみよう



適度に運動をして積極的にからだを動かした



ケガや病気の予防を心がけて、実行できた



友だちと仲良くできた、喧嘩しても仲直りできた

保健室からのおねがい

日本スポーツ振興センターの災害共済給付の申請は2年以内に！

学校の管理下で起こったケガなどで医療機関を受診した場合は、給付金が支給されます。まだ書類を出していないなどの申請もれはありませんか？まだの方は、早めに保健室へ書類の提出をお願いします。
※子ども医療助成制度との併用はできません。ご質問等は保健室まで！



受診、忘れていませんか…？



今年度もあと少しという時期ですが、健康診断の結果に基づいて配布した『受診のお知らせ』について、まだ受診できていない児童はいませんか？自分の心身の健康を維持するためにも早めに受診し、治療や相談を行いましょう！