

# げんきっこー!

平成31年3月25日  
No. 21 やれげ号  
涌元小学校 ほけんしつ

今年の1年間も、皆さんの色々な姿をみる事ができました。楽しいことばかりではなかったと思います。泣いたり迷ったりする姿を、ずっとそばでみてきましたが、みなさん嫌なこと・苦しいことから逃げ出さず、乗り越え努力していました。本当によくがんばりましたね。そのがんばりは、きっと、心を強く、優しく成長させてくれたはずです。ぜひ、「1年間がんばった!」と自分のことをほめてあげてくださいね!

4月6日  
から

## 1年間の保健室・利用状況

3月22日  
まで

延べ人数  
保健室の利用件数  
...156件  
(昨年258件)

体調が悪くて  
来た人29人  
いちばん多かった  
症状...おなかのいたい

ケガの手当てで  
来た人102人  
いちばん多かった  
ケガ...たぶく

来室者が  
いちばん多かった  
月...2月と6月

ケガが  
いちばん多かった  
場所...教室

来室者が  
いちばん多かった  
時間...授業中  
(59回)

1年間、病氣やけがを理由に休まな  
かった人は5人でした!その中で、  
早退や遅刻もなかったのは、  
すずさんとゆあさんです!



### ほけんしつ ようす 保健室の様子から...

昨年よりもけがやびょうきで保健室に  
来る回数が非常に減りましたが大きなけが  
の回数は多かったように思います。  
生活の乱れは心の乱れです。自分の心  
と体の健康を守ってのために、おうちでげ  
んきっこ目標カードをみながらもう一度  
自分の生活を振り返り、4月から元気いっ  
ぱい過ごしてほしいとおもいます。

### 1年間の健康チェック

今年1年、がんばったことに印をつけよう!

- はやねはやおきをした
- いつも正しい姿勢ができた
- ごはんの後に歯みがきをした
- 手洗い・うがいをした
- 外で元気に遊んだ
- スキキライせず何でも食べた
- 毎日ハンカチとティッシュを持っていた

7つできました!

4~6つできました!

すごい!

もう少し!

その調子で  
健康習慣を続けよう

できなかったことは、  
新しい学年の目標にしよう

1~3つできました!

どれもできなかった

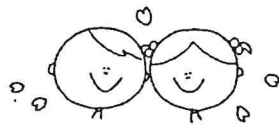
がんばって!

ざんねん!

ほかの健康習慣も  
取り入れてみよう

まずは、できそうなものから  
取り組んでみて

# 保護者の皆さまへ



## 1年間ありがとうございました！

いつも保健関係にご理解・ご協力いただき感謝しております。インフルエンザなど感染症の大きな流行もなく、1年間を終えることができました。来年度も子どもたちの安全と安心を第一に考えるとともに、一人一人が健康でげんきいっぱい過ごすことができるよう努めていきます。よろしくお願いいたします。



1年生給食指導



個別歯みがき指導



食育授業



3年生～6年生保健学習

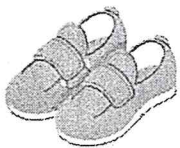


思春期教室

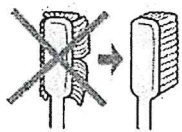


給食試食会 など

### 春休み中に点検をお願いします！



上靴の洗濯・点検



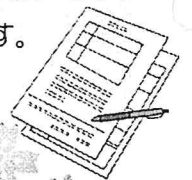
歯ブラシの交換



コップの洗浄

### 始業式・入学式にお配りします！

保健調査票やフッ化物申込書など保健関係の各書類を封筒に入れてお配りする予定です。たくさんの書類があるので申し訳ないですが、ご協力よろしくお願いいたします。



## げんきっこ目標カードの配布について

担任と相談をして、学校である程度生活目標をたてています。既におうちで活用してくださっているご家庭もあり、大変嬉しいです。高学年では〇〇日守れなかったら…と具体的な日数を決めていました。“何事からも逃げない”守れなかったら“タブレット没収”などの約束もありました。

家庭のルール作りのツールとして今後もご家庭で活用していただくと助かります。よろしくお願いいたします。

**のげんきっこ目標！**

起きる時間 時 分

寝る時間 時 分

ゲーム  分以上やらせない

時 分以上やらせない

テレビ  以上みない

その他 おうちのひと約束！



守れない日が何日も続いたら、  
おしるしをいただきます！

保護者サイン