すこやか

※おうちの人といっしょによみましょう！

令和6年3月6日

3月になりました！今年度ものこりわずかですね。あたたかい日が増えてきて、春が近づいてきたのを感じます。1年前よりもぐーんと成長したみなさん。この1年でがんばったこと、できるようになったこと、楽しかったこと、きっと、たくさんあったかと思います。春休みは1年間をふりかえって、新しい1年の目標を考えてみましょう！

☐ 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すごせた

1年間の健康生活をふり返ってみよう

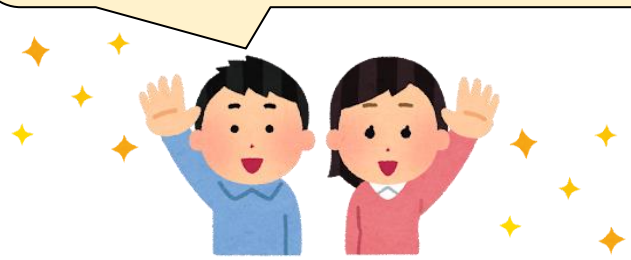
☐ 適度に運動をして積極的にからだを動かした

☐ 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

ぼく・わたしの来年度のけんこう目標は

『　　』です！



ほけんしつ1年間のきろく

R6年3月1日現在

けが　3429 人

びょうき　1270 人

多かったけがは…
1位　だぼく（ぶつけた）
2位　すりきず
3位　いたみ

来室が多かった月は…
1位　2月・6月
2位　11月・10月
3位　1月

病院へ行った人　62 人

このほかにも、お話をしにきたり、身長をはかりにきたり、たくさんの人が保健室を利用しました！
あなた何回、保健室を利用したかな？