

# みんなげんき

令和5年3月22日



## げんき 元気いっぱい・えがお 笑顔いっぱい！ しめくろう

あたたかな日が少しずつふえ、春のおとずれを感じます。天気の良い日には、外で元気に遊んでいる姿が見られるようになりました。3月に入ってから、新型コロナウイルスもインフルエンザも落ち着き、“元気いっぱい！笑顔いっぱい！”で遊んでいるみんなの姿を見ることができてうれしく思っています。

そんな様子を見ていると、「先生～！〇〇ちゃんがけがしたあ！」と泣いている友達を心配しながら保健室につれてきてくれることが何度かあり、ステキなかかわりができる子ども達だなあと、またまたうれしくなりました。



今年度も残りわずか、6年生は卒業、1～5年生は、学年のしめくりです。心も体も健康にすごせたかどうか、この1年間をふりかえてみましょう。

## 心も体も健康な1年をすごせたかな？

チェックしてみよう！

### ココろ

- 友だちとなかよくできた
- たくさんわらった
- “ありがとう”と言えた
- けんかしてもなかなおりにできた
- こまっている人に声をかけることができた
- イライラしても気持ち切りかえることができた

### からだ

- 早ね・早おきができた
- たくさんあそんだ
- 手あらい・うがいなど感染予防に心がけた
- すききらいせずに食べた
- わすれずに歯みがきをした
- ゲームやネットの時間を守って使った

保健室の1年間をふりかえてみました

## ほけんしつ来室状況

(3月17日まで)



けが

538人

\*いちばん多かったけがは すりきず

大きなけがは少なかったですが、“急いで運動場に行こうとして玄関前でこけた”“階段をかけおいて足をひねった”というように、少し気をつければけががせずにすんだのでは…というけがが多かったです。

なぜ、あの時けがをしたのか？ 同じことが起きないようにするためにはどうすればよいかを考えることが大切です。

\*いちばん多かったうったえは しんどい

新型コロナウイルスやこの冬はインフルエンザの流行もあり、体調不良をうたえる子どももありましたが、しんどい原因が“夜ねるのがおそかった”“朝ねぼうして朝ごはんをしっかり食べられなかった”というような「生活リズムのみだれ」からくるとが多くあります。これからも、健康な生活をすごすためにきそく正しく生活ができる子をめざしてとくんでいきましょう。



病気

357人



その他

今年度は、これまでより来室人数が増えています。しんどい、頭が痛いという来室の中に、体だけでなく気持ちもしんどい…、頭もいたいし、イライラする…というものもありました。新型コロナウイルスでいろいろな制限が続いて3年、うまくストレスを発散できていないのかもしれないですね。

みなさんの心と体に寄りそう保健室をめざして、1年間取り組んできました。来年度も、みんな元気に笑顔いっぱいの学校生活がおくれますように！

