

令和8年3月
糸満市立糸満小学校
保健室

3月の保健目標：1年間の健康生活を見直そう

少しずつ寒さもやわらいできましたね。気がつくと、あっという間に卒業・進級の季節になりました。早いですね。あなたにとって、この1年間はどんな思い出ができましたか？きっとたくさん成長できたことでしょう。残りの時間も大切に過ごしてくださいね。

保健室の1年間をふりかえります

保健室の利用件数

1959 件



体調が悪くて
保健室に来た人

838 人



いちばん多かった病気は

頭痛 ずつつ

ケガの手当てで
保健室に来た人

1043 人



いちばん多かったケガは

打撲 だぼく

今年度の保健室の利用状況

です。絆創膏をもらうだけや
体温を測りにきただけの来室は
数に入れていません。あなた
は、どんな理由で保健室を利用
しましたか？次年度は、けがや
健康に気をつけてすごせると
いいですね。

保健室から

1年間をふり返って

自己採点をしてみましょう

来室者がいちばん
多かった月

9 月



来室者がいちばん
多かった曜日

木 曜日



来室者がいちばん
多かった時間

休み時間



あなたにとって、どんな1年でしたか？
100点満点で、採点してみましょう。

👐 健康管理 点

🎵 生活リズム 点

😊 こころの元気 点

来年度は、こんな1年にしたい!!

★新学期に向けて・・・★

保護者の方へ

・保健調査物の記入をお願いします。

今年度中に、次年度に向けた①保健調査票、②耳鼻科検診問診票、③管理が必要な児童に向けての資料（該当者のみ）を各ご家庭へ配布します。新学期に新しい学年の担任の先生へ提出してください。

今年度、保健室には、けがや病気以外にも、たくさん子ども達が来室しました。

早退する友達の荷物を持ってきた子、お見舞いに来てくれた子、保健委員さん、保健係さん
ありがとうございました。保健室が、少しでも安心できる場所になれたらいいな…と思います。

保護者の皆様、1年間ご協力いただき、ありがとうございました。



さあ、3月は1年のしめくくりの月です。来月、新しい1年のスタートをうまく切ることができるように、この1年間でできたこと、できなかったことを、自分なりに振り返ってみましょう。今年1年、あなたは健康でいられたか？健康とは毎日の生活習慣で作られるものです。体調をくずしやすかった人や、健康診断で治療が必要と言われた人は、春休みの間で治しましょう。

1年間を振り返ってみよう！



あさ 朝ごはんを食べて登校することができた



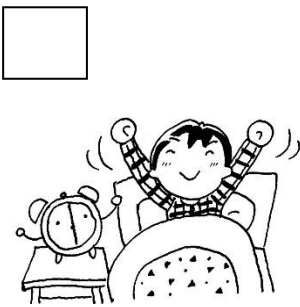
むし歯の治療をすませた



ともだちとなかよくできた



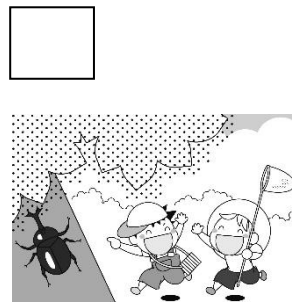
外から帰ったとき、手洗い・うがいができた



はや 早ね早おきができた



ストレス(心のなやみ)をためずにすごせた



たくさん、外で遊ぶことができた

来年度は、一つでも多く、〇がつけられるように心がけてみてね！



新学期を元気にいっぱい過ごすために…

★早寝早起きをしよう ★朝ごはんをしっかり食べよう

★睡眠をたっぷり取ろう ★体をたくさん動かそう



今年度もありがとうございました。来年度も、もっともっと成長できる1年になりますように。保健室からみなさんのことを応援しています