

ほなんだより **心ま心ま** 3月
 令和7年3月6日
 日光小学校～第6号～

3月になり少しずつ暖かくなってきました。3月は、一年の締めくくりの月です。
 学校生活を送るなかで、楽しかったこと、大変だったこと、いろいろあった一年間
 だったと思いますが、体も心も元気に過ごすことはできましたか？
 在校生の皆さんは【進級】、6年生の皆さんは【卒業】という節目を迎えます。
 今年度も残りわずかとなりました。日光小学校で過ごす一日一日を、大切に過ごし
 ましょう。

保健室1年間の記録

保健室の利用者数 **713** 人

ケガで来た人数 **458** 人

体調が悪くて来た人数 **234** 人

保健室に来た人

多かった月 **5** 月

少なかった月 **2** 月

多かったケガ
 ☆ だぼく
 ☆ すりきず
 ☆ きりきず

多かった症状
 ☆ きもちがわるい
 ☆ ずつつ
 ☆ ふくつつ



1年間の健康チェックをしてみましょう

10点満点にすると、どのくらいの点数がつかますか？ □の中に点数を書きましょう。

生活習慣 (せいかつしゅうかん) 清潔 (せいけつ) 心の健康 (こころのけんこう)

<p>早ね早起ができた</p> <p>□ 点</p>	<p>朝晩忘れずに歯みがきした</p> <p>□ 点</p>	<p>元気にあいさつした</p> <p>□ 点</p>
<p>3食しっかり食べた</p> <p>□ 点</p>	<p>手洗い・うがいをしっかりした</p> <p>□ 点</p>	<p>友だちと仲よくした</p> <p>□ 点</p>
<p>元気にあいさつした</p> <p>□ 点</p>	<p>友だちと仲よくした</p> <p>□ 点</p>	<p>ストレスをためなかった</p> <p>□ 点</p>

149.2 cm **6年生、こんなに大きくなりました!** 148.7 cm

114.4 cm 115.0 cm

	のび	ふえ
男子	33.7cm	20.8kg
女子	34.8cm	20.3kg

41.1 kg 20.8 kg 21.3 kg 42.1 kg

春休み にしておこう

生活リズムを整えよう。

片付けをしよう。

生活リズムを整えよう。

片付けをしよう。

清潔にする習慣を身に付けておこう。

新年度に使うものの準備をしよう。

清潔にする習慣を身に付けておこう。

新年度の目標を立てよう。

1～5年生へ メディアアンケートのお願い

春休み中、【メディアに関するアンケート】を行います。

ロイロノートを通してアンケートを配るのでタブレットで答えてください。

くわしい方法は、春休み前におたよりでお知らせします。

目に優しい生活をしよう

保護者の方へ



☆ 保健関係文書記入のお願い

【1～5年生】

「ほけんれんらくファイル」に保健関係文書を入れて、修了式当日の3月24日（月）に配付します。

必要事項を御記入の上、来年度の4月11日（金）までに御提出ください。

- ①保健調査票
- ②運動器検診問診票
- ③結核健康診断問診票
- ④心臓検診同意書、心臓病調査票（4年生のみ）
- ⑤色覚検査希望調査票（4年生のみ）

【6年生】

- ①保健調査票…御家庭へ返却します。
- ②運動器検診問診票…保存年限を過ぎるまで学校で保管し、以降破棄します。
- ③結核健康診断問診票…進学先の中学校へ送付します。