

# ほけんだより 3月

令和4年3月9日  
益城中央小学校  
保健室

3月に入り、寒い冬からあたたかい春へと季節がうつろうとしています。3学期も残すところ11日となりました。6年生のみなさん、ご卒業おめでとうございます。1~5年生のみなさんは一つ学年が上がりますね。一期一会の出会いに感謝し、残りの日々を大切に過ごしましょう。



1年を振り返って！

## 健康に 過ごせていたかな？

できたことに  
○をしてみよう！

<p><b>4月</b> 30日 年生になったときは… 身長 <input type="text"/> cm 体重 <input type="text"/> kg</p>	<p><b>5月</b> 30日 ゴミゼロの日 31日 世界禁煙デー</p>	<p><b>6月</b> 4日~10日 歯と口の健康週間</p>	<p><b>7月</b> 7日 歯の日</p>	<p><b>8月</b> 7日 歯の日</p>	<p><b>9月</b> 1日 防災の日 9日 敬老の日</p>
<p><b>10月</b> 10日 目の愛護デー 15日 世界手洗いの日</p>	<p><b>11月</b> 8日 いい歯の日 9日 いい空気の日</p>	<p><b>12月</b> 1日 世界エイズデー</p>	<p><b>1月</b> 17日 防災とボランティアの日</p>	<p><b>2月</b> 1日 こどもの日</p>	<p><b>3月</b> こんなに大きくなりました 身長 <input type="text"/> cm 体重 <input type="text"/> kg</p>

朝ごはんを毎日食べた

夜後に歯みがきをした

バランスよく食べた

休みの日も早起きした

ケガに気をつけて過ごした

勉強するときはいい姿勢を心がけた

ひと口30回噛んで食べた

夜ふかしをしなかった

食べずに注意した

元気にあいさつできた

0~4歳の人 **まだまだ!**  
できていなかったことの中から1つ選んで、  
春休みの目標を決めよう！

5~8歳の人 **もう少し!**  
ついつい忘れてしまうことは何かな？

9~10歳の人 **いい感じ!**  
進級してから継続しよう！

いく〇がついたかな？

## 1年間の保健室の様子は・・・

ケガの手当てで  
来た人  人

一番多かったケガ

体調がわるくて  
来た人  人

一番多かった症状

保健室の  
利用件数  
 件

ケガが一番  
多かった場所は

2月28日(月)までの結果です。けがや体調  
ふりょう、健康相談など、さまざま理由で保健室を  
利用しています。

# いのちの学習 特別号

2月は「いのちの学習月間」でした。

いのちの誕生から、大人になることなど、それぞれの学年で自分の命について考えることができました。その学習の様子をご紹介します！

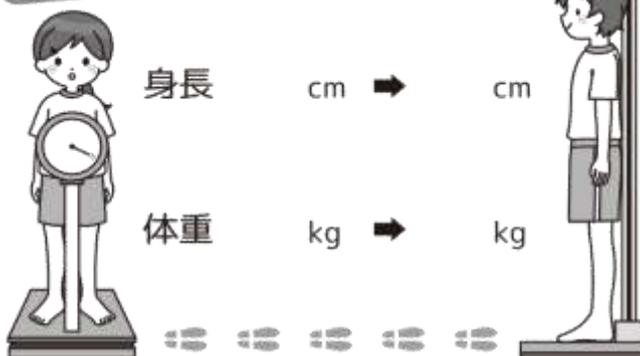
1年生「大切なからだ」	2年生「いのちのたんじょう」	3年生「いのちのまつり」
 <p>プライベートゾーンのことやさそいに乗らないことを学びました。体の部位の名前と働きについて、たくさん発表することができました。</p>	 <p>赤ちゃんがお母さんのお腹の中にある間の成長の様子を学びました。卵子や受精卵の実際の大きさを知り、びっくりしました。</p>	 <p>自分は、両親をはじめたくさんの命がつながって生まれてきたということを学びました。血液博士には、4つの働きを教えてもらいました。</p>
4年生「体の成長とわたし」	5年生「生命誕生の仕組み」	6年生「生命の安全教育」
 <p>思春期には、大人になるための体の変化が起きることを学びました。男女や子供・大人の違いは人それぞれで個人差があることを知りました。</p>	 <p>自分の命は、3億分の1と言われるほど奇跡的に生まれてきたと知り、驚きました。大切な命を守るために自分にできることを考えました。</p>	 <p>相手との体の距離、心の距離のとらえ方は人それぞれであることを学びました。実際の場面を想像して、距離の取り方を考えました。</p>

1年生から6年生まで、自分や周りの人たちはかけがえのない大切な存在であることを学ぶことができました☆

みなさんが毎日、健康で楽しくいられるのも周りの人たちのおかげです。ぜひ「ありがとう」を伝えてみてくださいね。

自分の成長を知ろう！

1年間でこんなに大きくなりました



さん

## 保健室からのお知らせ

3月11日(金)～18日(金)の期間、学校保健委員会を動画配信します。全校の健康診断の結果や新型コロナウイルス感染症対策の様子をご紹介します。ぜひご覧ください。

⇒  
視聴  
URL

