

数字で見てみよう！ 令和3年度 野中保健室！

～保健委員会コーナー クラスと一緒にやってみよう！～ 今年度1年間をふり返ってみよう！

心も体も健康に過ごせたかな？

- 朝食も欠かさず食べ、バランスよく栄養をとった
- 夜更かしをせず、質の良い睡眠を十分にとった
- 運動やお手伝いなどで体をよく動かした
- 排便のリズムが整っていた
- 丁寧な歯みがきができた
- 感染症対策をしっかり行えた(手洗い、マスク、換気など)
- 時間やルールを守り、メディアとうまく付き合えた
- ストレスを上手に解消した
- 人を思いやり、親切にすることができた

チェックは、
個

チェックが6～9個の人
素晴らしい！
来年度もほげんだよりの情報を参考に、続けていきましょう♪

チェックが3～5個の人
いいね！
自分の心とからだと向き合う時間を来年度もつくりましょう。

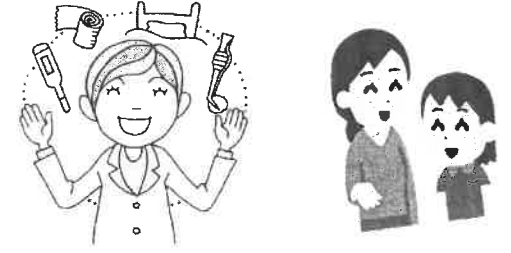
チェックが0～2個の人
もう少しだ！
「これならすぐできそう」ということから始めてみましょう。



この1年間のケガや体調不良で来室した人の人数です。(3月は含まれていません。)この他にも、話に来たり、ひと休みに来たり、身長を測りに来たり…保健室にはさまざまな来室がありました。

保健室の利用件数

1,118 件



体調がわるくて来た人 **760** 人

一番多かった症状
頭痛

ケガの手当てで来た人 **358** 人

一番多かったケガ
打撲、すり傷

たくさん利用した人、一度も利用しなかった人がいると思いますが、来年度もみなさんを色々な形でサポートできる保健室でありたいと思います！

2枚の絵を見くらべて 7つのまちがいをさがそう！！



保護者の皆さまへ

今年度も、子ども達はコロナ禍のなか、できることを精一杯取り組んできました。一人ひとりが、様々に心を動かす1年を過ごしたことと思います。

中学校の3年間は、心もからだも成長期の真っ只中で変化が激しいといわれています。春休みは1年間の成長や頑張ったことなどを家族で話していただきながら、新しい年度に向けて、心とからだの準備ができるよう声かけをお願いいたします。

1年間、学校保健活動に関してご協力いただきありがとうございました。来年度も引き続きよろしくをお願いいたします。

新年度の前に、お子様の心とからだの健康に関する事で気になること等がありましたら、保健室または担任までご連絡ください。

このページの左側には、女性の半ズボンと線、ベンチに座っている男性のバックパックの右側の人ばほ、右のボールの向き、木の枝の先の花/中央の女の子の服の模様/左端のフェンスの高さ