

# 保健だより3月

京丹後市立竹野小学校

保健室 No. 16

## 6年生のみなさん卒業おめでとう！

暖かな日が続き、春の陽気が近づいてきました。

竹野小学校では、3月に入ってから閉鎖になる学年がありました。心配をしていましたが26人そろって一年のおわりを迎えられそうです。

3月は、一年の区切りの月です。4月と比べると、心も体も大きくたくましく成長したことでしょう。この一年をふり返り、新しい学年に向かって出発しましょう。

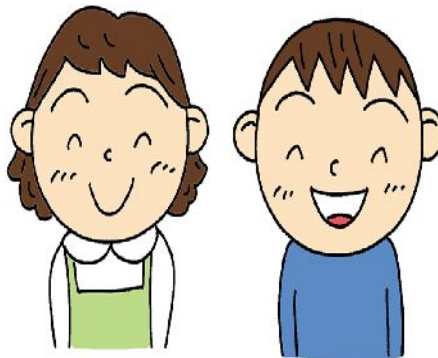
## 一年の保健室利用の様子

### 多かったけが トップ3

- 1位 すりきず…29人
- 2位 打撲…17人
- 3位 虫さされ…15人



人数はのべ  
人数です。



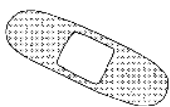
### 多かった病気 トップ3

- 1位 腹痛…21人
- 2位 頭痛…16人
- 3位 きもちわるい…11人



けがをした人が  
多かった曜日

火曜日 27人



欠席した人 53人



病気の人が  
多かった曜日


月曜日 26人

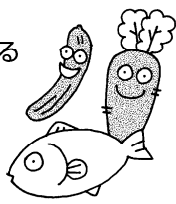
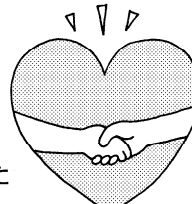
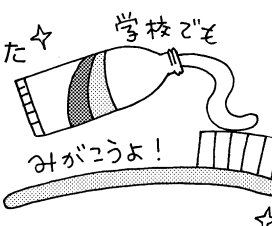
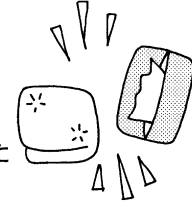
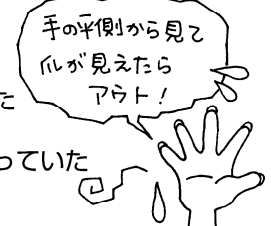


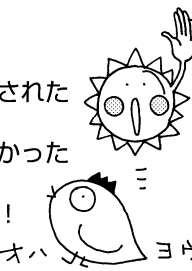
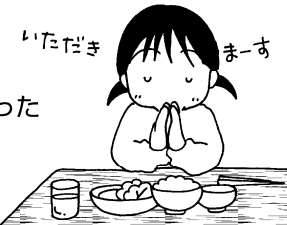


# 健康生活成績表!

選んだ番号を□の中に書き  
合計で30点取ればあなたは  
健康的! さあ、何点とれるかな?

合計  点



<p><b>何でもよく食べたかな?</b></p> <p>① 好ききらいがたくさんある ② 少しきらいなものがある ③ 何でもよく食べた</p> 	<p><b>人との関わりは?</b></p> <p>① つらいことが多かった ② ときどき悩むことがあった ③ いつも気持ちよく関わられた</p> 
<p><b>食後の歯みがきができた?</b></p> <p>① いつもできなかった ② ときどき忘れた ③ 必ずみがけた</p> 	<p><b>ハンカチ・ティッシュ持てた?</b></p> <p>① 忘れることが多かった ② かばんの中には入ってた ③ いつもきちんと持ち歩けた</p> 
<p><b>外出後の手洗い・うがいは?</b></p> <p>① いつもできなかった ② ときどき忘れた ③ 必ずやった</p> 	<p><b>爪は伸びていなかった?</b></p> <p>① いつも伸びていた ② ときどき切り忘れた ③ いつもきれいに切っていた</p> 
<p><b>毎日の排便(うんち)は?</b></p> <p>① いつもカチコロうんち ② ときどきバナナうんち ③ 毎日うんちを出した</p> 	<p><b>テレビ・ゲーム・パソコンは?</b></p> <p>① 3時間くらいダラダラ続けた ② 1時間くらいは続けた ③ 30分ごとに目を休めた</p> 
<p><b>朝の目覚めは?</b></p> <p>① 起きるのがつらい、起こされた ② ときどき起きるのがつらかった ③ いつも気分よくスッキリ!</p> 	<p><b>朝ごはん食べたかな?</b></p> <p>① いつも食べない ② ときどき食べなかった ③ いつも食べた</p> 

## けんこうのきろく を持ち帰りました。

印をもらって、19日(木)までに学校へ持ってきてください。

一年間の成長が記録されています。健康診断の結果で、何か治療や検査が必要との通知をもらってまだ受診していない人は、春休みを利用して、検査や治療を済ませておいてください。検査や治療が終わったら、学校にも連絡をお願いします。