

ほけんだより

豊中市立原田小学校

ほけんしつ

2024年3月号

あたにかい^ひぽか^{すこ}ぼかした^み日が少^{すこ}しずつ見^みられ、
はる^{はる}春のおと^{かん}ずれを感じ^{そつぎょう}ますね。卒業^{しんきゅう}、進級^{すこ}まであと少
し。みなさんはこの^{ねんかん}1年間、どんなふう^すに過^すごしまし
たか？この^{ねん}1年^{ねん}でできたこと、できなかったことをふ
り返^{かえ}り、4月^{がつ}からの新^{あた}しいスタート^むに向けて元^{げん}気に
しゅっぱつ^{しゅっぱつ}出^{しゅっぱつ}発^{しゅっぱつ}しましょう。



ほ けん しつ ねん かん 保健室の1年間 (4月～2月)

ほけんしつ ひと
保健室にくる人が

いちばんおお つき
一番多かった月は

がつ
6月



ほけんしつ ひと
保健室にくる人が

いちばんおお ようび
一番多かった曜日は

もくようび
木曜日



たいちよう ほけんしつ
体調がわるくて保健室

ひと にん
にきた人 1055人

いちばんおお ずつう
一番多かったのは頭痛



ほけんしつ ひと
けがで保健室にきた人

にん
2793人

いちばんおお
一番多かったのは

だぼく(うちみ)



こんねんど さくねんど くら たいちよう ほけんしつ く ひと にん ふ
今年度は、昨年度と比べて体調がわるくて保健室に来る人が330人も増えました。みなさ
んの生活の様子を聞いていると、夜ねる時間が遅いことや、日中水分をとっていないことが気
になります。どんな時、どんなことに気をつければ、体調がわるくなることを減らせるか 考 え て
みてくださいね。

この1年間で

健康に過ごすための習慣は身についたかな？



てあら
手洗い



うがい



は
歯みがき



好き嫌いせずに食べる



はや
早寝



はや
早起き



あさ
朝ごはん



すっきり
排便

この1年、みなさんは規則正しい生活を送ることができましたか？上に書いてある健康に過ごすための習慣は、どれも大事なもののばかりです。自分の生活をふり返り、できていることはこれからも続けて、できていないことは少しずつでも習慣にできるよう、がんばっていきましょう。



かた



春休み中に検査や治療をすませてください

健康診断の後、むし歯の治療や視力の精密検査が必要という

お知らせをもらってまだ病院に行っていない場合は、春休み中に受診してください。

