

ほけんがより 3月

藤江小ほけんしつ おうちの人と読みましょう

ほけんしつの1年間をふりかえってみましょう!

(H29年4月7日~H30年3月2日)

けがをして
保健室を利用した人
1246人
(昨年より-25人)

病気をして
保健室を利用した人
568人
(昨年より +41人)

けがが多かったのは
1. だぼく 481人
2. すりきず 378人

病気が多かったのは
1. しんどい 144人
2. 頭がいたい 124人

けがが多かった場所
運動場

来室の多かった月
1. 6月 316人
2. 9月 279人
3. 5月 274人

来室の多かった曜日
1. 火曜日
2. 木曜日

けが・病気が一番少なかった学年

2年生 すごい!

インフルエンザにかかった人
227人

全校生の約3分の1の人がかかりました。
大流行でした。

けんこうしんだんや身体測定以外に、ほけんしつには行かなかったという人も、何回も利用したという人もいることでしょう。さいしょは、手当てをこわがり泣きべそをかいていた1年生も、調子の悪い人に「だいじょうぶ?」と声をかけられるようになりました。また、けがをした

1年間の 保健のおさらいです

みんなとき どうする?

正しいほうを
選べるかな?

ぜんもんせいげいで
100点を
目指そう!

1 ころんでひざを
すりむいたら

A だろなどのよこれを洗って
から、保健室へ

B そのまますぐに
保健室へ

8 やけどを
してしまったら

A 痛みがなくなるまで、水で
冷やす

B 氷を直接あてて、いそいで
冷やす

2 暑い日に運動を
するときには

A のどがかわいてから、いつ
きに水分をとる

B 運動をする前から、こまめ
に水かお茶をのむ

9 38℃以上の熱が
急にでたら

A 学校を休んで2、3日家で
ようすをみる

B インフルエンザかもしれな
いので、病院へ行く

3 せきやくしゃみが
でるときは

A 手で口をおおえ
ばだいじょうぶ

B マスクをするの
がエチケット

10 ねむれなかった
次の日は

A 朝にたくさん寝て、すいみ
ん時間をとりもどす

B いつもどおりの時間に起き
る。すいみんのリズムを乱
さない

4 部屋の換気を
するときは

A 運動場に面している窓だけ
を開ける

B 空気の通り
道をつくる
ように、対
角線の2カ
所を開ける

6 カチカチうんちや
ベチャベチャうんち
がでるときは

A 赤・黄・緑の栄
養を、バランス
よく食べる

B とにかくヨーグ
ルトだけをたく
さん食べる

5 カゼで鼻みずが
でるときは

A 強くかんで、
鼻みずをだしきる

B 耳がツンとならないように、
片方ずつやさしくかむ

7 カゼで熱があがり
はじめたら

A あたたかくして休養する

B 熱を下げる薬を
のんだら、運動
してもいい

1問10点で計算しよう

きみの点数は

/
100

100 98 96 94 92 90 88 86 84 82 80 78 76 74 72 70 68 66 64 62 60 58 56 54 52 50 48 46 44 42 40 38 36 34 32 30 28 26 24 22 20 18 16 14 12 10 8 6 4 2 0

下級生にやさしく付きそい、世話をする高学年も、よく目にしました。その声かけややさしさで
きっと、病気のつらさやけがのいたみはうすれていたことでしょう。できることなら、けがや病
気はしない方がいいけれど、けがや病気をけいけんしたことで、「身の安全」や「思いやりの気
持ち」がわかり、学んだこともあったと思います。これまでのけいけんをいかして、これからも
自分の体や心を大切にして、毎日をけんこうにすごしましょう。