ままります。

柳井市立柳井中学校 、2024年3月4日 | 6号

まだ寒い日もありますが、少しずつ春らしい暖かな日差しを感じるようになってきました。今のクラスで過ごせるのもあと | ヶ月、3年生はもうすぐ卒業です。3年生に感謝の気持ちを伝えたり、クラスメイトと過ごす時間を大切にしたりなど、限られた時間の中での過ごし方を考えて見て、 | 年の締め括りができるといいのではないでしょうか。

保護者のみなさま、I年間、大変お世話になりました。様々な保健行事や日々の保健活動にご協力いただき、本当にありがとうございました。引き続き、お子様が元気に過ごせるよう、ご家庭での朝の健康観察をしっかり行っていただきますよう、よろしくお願いいたします。

保健室の「年間を振り返って』

今年度もたくさんの生徒が保健室を利用しました。<u>自分の健康を自分で管理できる</u> ようになることが大切です。</u>生徒のみなさんは、「朝から体調が悪かったんです・・・」など、 まだまだ自分の健康管理ができていないように感じます。自分の健康を自分自身が考 えられるよう、来年度も呼びかけをしていきたいと思います。

想力檢查



治療のお知らせ配付 **287 名** ⇒2月末時点回収人数 **162 名**

(回収率 56.4%)

うち I年生 2年生 3年生 3年生 46名(53.5%)

圖灣檢診



治療のお知らせ配付 173名 ⇒2月末時点回収人数 88名 (回収率 50.9%)

うち I年生 37名(59.7%) 2年生 18名(38.3%) 3年生 33名(51.6%)

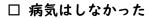


1年間のしめ《《り

命和5年度を振り返ろう!!

お子様とこの | 年間の様子を振り返っていただけますと幸いです。 該当する場合は ▼▼ をつけてみましょう。

〈身 体〉





- □ 大きな怪我はしなかった
- □ 治療勧告をもらった人は 受診した(なかった人も)

〈生活リズム〉

- □ 早寝・早起きができた
- □ 朝ごはんを毎日食べた
- □ |日6~8時間睡眠をとった
- □ メディアをつかいすぎないように気をつけた

〈衛生〉

- □ ハンカチ・ティッシュを 毎日学校にもってきた
- □ 爪が短い状態をキープした
- □ 給食前や外から帰ってきた時 はこまめに手洗いを行った

〈こころ〉

- □ ストレスをため込まず、対処 法を見つけ、ストレスと上手 に付き合った
- □ まわりの人へ、思いやりの心 をもって接することができた
- □ 困ったときは誰かに相談した り SOS を出すことができた人

今日は 春、明日は 冬?! 体調管理にご注意

3月に入り、ようやく日差しが少しあたたかく感じられますね。でも、この時期はまだ季節の変わり目。「寒の戻り」という言葉もありますが、一時的にでも寒さが急に戻ってくることもあるので要注意。「今日はあたたかい」と思っても、マフラーや帽子などの防寒具、重ね着しやすいやや薄めのコートなどはもうしばらく片づけず、すぐ使えるようにしておくと安心です。

4月からの新生活を控え、年度の締めくくりとよいスタートをきるための準備の時期でもあります。最も大切なのは、やはり心身の健康です。体調をくずさないように気をつけて過ごしましょう。

