

3月のほけんだより

あうちのひと
いっしょによもう。

令和8年3月25日
名張市立美旗小学校
保健室

今年度も最終日となりました。振り返ると、いろいろなことを思い出しますね。保健室からも
 応急手当や保健指導を通して、みなさんの成長をととても感じる一年でした。ほけんだよりでは、
 この一年間、みなさんの心や体の健康を守るために大切なことをお伝えしてきました。日々成長
 するみなさんの心に少しでも残ってくれたらうれしいです。
 春休みも元気にすごして、また4月に素敵な笑顔で登校してきてくれるのを待っています！！



多かったケガ

1. すりきず
2. だぼく(ぶつけたけが)
3. ねんざ(ひねったけが)



多かった症状

1. ずつう(あたまがいたい)
2. ぶくつう(おなかがいたい)
3. だるさ



ほけんしつよい・・・♪

9月の発育測定前の保健指導で、「救急の日」のお話をしましたね。その中で、学校のけがの
 なか一番多い「すりきず」の手当ての仕方を勉強してから「洗ってきました！」と言って保健室に
 くる人が増えました。自分でできるけがの手当てを覚えて実践している姿が、とても頼もしくて
 素敵でした！

保護者の皆様へ

この1年間、健康診断や保健関係の提出物、また、体調不良やけがの際に、お忙しい中お迎えに
 来ていただくなど、様々なことにご協力いただきありがとうございました。

学校でのケガで病院を受診し、窓口で1,500円以上かかったもので、まだ請求していないもの
 がありましたら、学級担任または養護教諭までご連絡ください。

※令和5年の9月より、名張市の「子ども医療費助成制度」により、窓口での支払いが不要（た
 だし、所得制限あり）となりましたが、学校でのけがについては「日本スポーツ振興センター災害
 共済」の利用が優先となります。一旦、窓口で立て替えていただく必要があります。ご了承ください
 い。

☆今年度の健康診断等で受診のお知らせを受けとった人で、まだ受診ができていない人は、病
 院を受診し、新学期に向けて治療をお願いします。

春休み中に治療しよう

たいせつ かくしゅう とっても大切な・いのちの学習をしたよ！

3月6日、名張市健康子育て支援室の保健師さんに来ていただき、4年生で「いのちの学習」がありました。月経や射精など、思春期に起こる体の変化や、命のはじまりから誕生までをみんなで学習しました。



産道トンネルを一生懸命通りました！出口では、担任の先生が待っていて、ハイタッチ！「おめでとうー！」とみんなで誕生を喜びました。



妊婦ジャケットは、予想以上の重さで、「めっちゃ重い！」と驚きの声があがりました。



赤ちゃん人形を抱っこしました。ほとんどの児童が、初めての経験で、照れながらも優しく抱っこしていました。

