

ほけんたより 3月

大野城市立大野北小学校
令和8年3月9日
養護教諭 長濱

すこ 少 ずつ 暖かい日が増え、春の訪れを感じます。
はや 早いもので、今の学級で過ごす時間も残りわずかとなりました。学年や学期の始めに立てた目標は達成できましたか？締めくくりの3月を元気に過ごせるよう、最後まで規則正しい生活と感染症予防を続けてください。

れいわ ねんどほけんしつらいしつしゃすう
令和7年度保健室来室者数 (令和7年4月7日～令和8年2月27日)

けが

1450人

びょうき

950人

れいわ ねんど ほけんしつらいしつしゃ
令和7年度の保健室来室者の
ごうけい 合計は2936人でした。
おおのきたしょうがっこう びょうき らいしつ
大野北小学校は病気での来室
しゃ おお が多いです。来室した人に聞くと、朝ごはんを食べていなかったり、夜寝るのが遅かったりして体調が悪くなっているようです。
はやねはやお あさ はいべん
早寝早起き、朝ごはん、排便、
すいぶんせつしゅ じぶん せいかつしゅうかん
水分摂取など、自分の生活習慣
ふ かえ
を振り返ってみましょう。

びょういん

受診
39人

その他

536人



けんこう ウォークラリーの参加、ありがとうございました！

★ 2月末に保健委員会の活動で『健康ウォークラリー』を開催しました。校内に掲示した健康に関するクイズを解いて回る活動で、たくさんの方が参加してくれました。問題が難しかったところもあったようですが、参加賞のお守りももらって、みんな嬉しそうでした。保健委員さんも準備から当日の声掛けまで、とてもよく頑張ってくれました。



【朝ごはんエッセイ11】朝ごはんクロスワードパズル

1年間、朝ごはんは毎日食べましたか？このパズルには朝ごはんに取り入れると良い食べ物が入ります。「かぎ」をヒントにパズルを解いてみましょう

	①	②			
	①		②		⑤
			④		
③					
	④				

《タテのかぎ》

- ① 畑でとれる、キャベツやほうれんそう、にんじんなどの食べ物。
- ② 納豆、豆腐、みそ、しょう油はこれからできています。
- ③ コーン〇〇〇、わかめ〇〇〇などの飲むと温まります。
- ④ 毎週木曜日の給食は〇〇です。
- ⑤ 炊き立ての白〇〇〇は一番のエネルギー源です。

《ヨコのかぎ》

- ① みかん、りんご、ぶどう…たくさん種類があります。
- ② にわとりが産む。生は割れるので気をつけて。
- ③ 熱中症予防だけでなく、ご飯の時も〇〇〇〇摂取は大切です。
- ④ 発酵食品を使った和食のスープといえばこれ！

《保護者のみなさまへ》

これまで健康診断後にお渡ししていた「すこやか（けんこうれんらくぼ）」の使用を本年度で終了します。来年度以降は成績表のファイルに挟んで学期末に確認していただくこととなります。今年度まで使用していた「すこやか」はお返ししますので、ご家庭で保管してください。この1年間も学校保健にご協力いただき、ありがとうございました。