

健康教育だよ!

すこやか



～㊦くすく元気で ㊧うきしんいっぱい ㊨さしさと笑顔あふれる ㊩もがわ小学校～

令和7年3月 上尾市立鴨川小学校



保健

3月になりました。春の訪れを感じる季節です。子どもたちの、進級や卒業に期待を膨らませている様子も見られます。

1年間の保健室利用者数

きゆう そう 急 増



けが

774人

びょうき

336人

その他

191人

令和7年2月27日現在

令和4年度→・けが420人・びょうき372人・その他0人
令和5年度→・けが794人・びょうき451人・その他51人

鴨川小学校の保健室の利用は、大変多い状況です。全クラスに、応急処置セットを配置したりケガや感染症予防を啓発したりなど、さまざまな工夫にも取り組んでいます。

「友だちと教室でふざけてケガをしました。」「廊下を走ってしまい、人とぶつかりました。」など減らすことのできる利用も、少なからず見られました。

健康と安全に気をつけながら、健やかな学校生活を送ってほしいと願っています。

保健室利用や、けが、病気の予防について、各家庭で話題にしていただけたらと思います。

健康生活ふり返りチェック!

自分のこれまでの学校生活を
ふり返ってみましょう。



早ね早おきができた



毎日3食をきちんと食べた



すききらいをへらせた



食後はきちんと歯をみがいた



元気に運動をした



外から帰ったあと手洗いをした



大きなけが・病気をしなかった



ぐあいがよくないところをなおした

8コ以上が健康です。健康のために、チェック8コを目指しましょう。

チェックがつかなかった項目は、理由を確かめて、改善していきましょう。

一年に一度は
耳鼻科の受診を

聞こえの違和感はないですか

耳垢はありませんか



鴨川小学校の耳鼻科検診は問診のみです。医師の診察を、年に一度は受けるようにしましょう。



3月になりました。今の学年での給食は残すところ、14回です。どの学年も、年度初めから比べると残菜量が減り、しっかりと食べられるようになっていきます。

給食は成長期のみなさんにとって、大切な一食です。「嫌いなものも一口でも多く食べてみる。」「楽しい雰囲気の中で食べる。」など工夫して、残りの給食時間も大切に過ごしてください。

今月は、ちらし寿司、ひなあられの、ひなまつり献立や、新メニューも登場します。



☆☆ 献立紹介（世界の郷土料理）☆☆



ドイツ国旗

◆ケーニヒスベルグークロプセ 3月6日（木）

肉団子にホワイトソースをかけたドイツの郷土料理で、ケーニヒスベルク(地名)のクロプセ(団子)という意味です。給食では、肉団子の他にじゃが芋や人参玉ねぎを、パセリを加えたホワイトソースで煮込んで提供します。楽しみにしてください。



6年生のみなさん、ご卒業おめでとうございます。健康な心と体は、毎日の食事の積み重ねです。今食べている食事は、“未来の自分”をつくるための重要な土台となります。これから先、自分自身で選んで食べる機会が増えていきますが、迷ったときには、ぜひ給食を思い出してみてください。皆さんの新生活が健康で充実したものとなるよう、願っています。

一年間ありがとうございました！



給食は、3月21日（金）が最終日となります。

今年度も本校の給食と食育の取り組みに、御理解と御協力をいただきましてありがとうございました。令和7年度の給食開始は4月10日（木）からとなります。春休み中に、給食着や歯ブラシセットなどの点検をお願いいたします。来年度も引き続き、よろしくお願いいたします。



安全

竜巻避難訓練を行いました

1月21日に竜巻避難訓練を行いました。

学校では、以下のような空のときは、竜巻に気を付けるよう指導を行いました。

- 1、あたりが真っ暗になる
- 2、ふだん見ない雲が広がっている
(特に積乱雲には注意！)

- 3、雷の音が聞こえる
- 4、氷のつぶが降ってくる

ふだんから空の様子を気にして、安全に遊べるよう御家庭でも話をしてください。

