

# ほけんだより

令和7年(2025年)3月25日

札幌市立駒岡小学校 保健室

No.23 (修了式号) 児童数配付

あたた ひざ かん ひ ふ きょう しゅうりょうしき お  
暖かい日差しを感じられる日が増えてきました。今日の修了式を終えて  
はるやす はし ねんかん がんば  
春休みが始まります。みなさんは1年間、いろいろなことを頑張りましたね。  
しぎょうしき ひ げんき あ たの  
始業式の日にはまた元気なみなさんに会えることを楽しみにしています。



## あたら がくねん じゅんび 新しい学年の準備をしましょう!

**ね じかん・お じかん き  
寝る時間・起きる時間を決めましょう。**

ただ せいかつしゅうかん まいにち つ かせ たいせつ がっこう どうこう  
正しい生活習慣は毎日の積み重ねが大切です。学校に登校しない  
はるやす ちゅう がっこう どうこう ひ おな せいかつ す  
春休み中も学校に登校する日と同じ生活リズムで過ごしましょう。



**ちりょう ひつよう びょうき  
治療が必要な病気などはありませんか?**

ば ばあい はるやす あいだ ちりょう  
むし歯などがある場合は、春休みの間にしっかり治療をすませて  
しんがっき むか  
新学期を迎えましょう。けがにも気を付けてくださいね。

**くつ  
靴のサイズは、合っていますか?**

いちねんかん しんちよう たいじゅう あし おお  
一年間で身長も体重もふえています。足も大きくなっています。  
しんがっき むか  
新学期には、足にピッタリ合った靴を用意しましょう。



## ねんかん ほけんしつ ようす ★1年間の保健室の様子★

げか 外科(けがをした)	ないか ぐあい わる 内科(具合が悪い)
打撲(だぼく) 143件	腹痛(おなかがいたい) 83件
すり傷(すりきず) 182件	頭痛(あたまがいたい) 48件
いたいところがある 76件	きもちがわるい 35件

ほけんしつ ねんかん にん らいしつ がつ が がつ にち  
保健室には1年間で854人が来室していました。(4月6日から3月18日まで)

じぶん けんこう かんが げんき す たいせつ ほけんしつ い とき きょうしつ  
自分の健康について考えることは、元気に過ごすために大切です。保健室に行く時や教室にもど  
った時には、担任の先生にどんなことがあったのかお話ししてくださいね。そして、けがや体調が悪く  
て困っている人を助けてくれた人もいました。たくさんの「ありがとう」の風船がふくらみましたよ。



# ねんど 2024年度 3学期 がっき みどりのアンケートまとめ



今年度、駒岡小学校のみなさんには「みどりのアンケート」に答えてもらいました。ありがとうございました。これからもどんどんみどりの風船をふくらませてほしいと思います。みなさんにもアンケートの結果をお知らせします。

① あなたは、3学期にみどりの風船をふくらませることができましたか？

「できた」「すこしできた」と答えた人が88.1%(100人いたら88人)でした。

② みどりの風船をふくらませることができた人はどんな風船ですか？

かまくらをつかった グラウンドであるくスキーを何回もした ゆきだるまを作った  
雪の中でわた 山の家・まるっぴの人とあそんだ スノーフェスティバルでたくさん楽しめた  
鳥のなきごえとか聞こえた そいすべいをした みんなでなかよく自然を楽しめた など

③ 駒岡小学校の自然をしらない人におしえてあげるとしたら、どんなことをおしえてあげたいですか？

学校林走がとてもたのしい 学校林などでスノーシューをはいてあるきまわるのが楽しい  
雪山がたのしい 冬はグラウンドであるくスキーができる しいすべいが楽しい  
ほかの学校ではなかなかできない歩くスキーがグラウンドでできる など

④ 駒岡みどりの日はすきですか？

「すき」「すこしすき」と答えた人が95.2%(100人いたら95人)でした。

⑤ 冬の駒岡みどりの日は楽しめましたか？

「たのしめた」「すこしたのしめた」と答えた人が95.2%(100人いたら95人)でした。

⑥ これからのみどりの日をもっとたのしくするためにできることはなんですか？

イベント 雪中サッカー なかよく遊ぶ 冬も学校林走をしたい みどりの日しいすべい大会  
学校の中でも遊んでいいことにする 田んぼで遊べるようにしたい みどりに関係ある企画  
各学年ごとに毎週何か楽しめる企画をする 休み時間をふやす けしきをたのしむ など

今年は駒岡小学校のみなさんのたくさんの企画やアイデアのおかげで、たくさんのみどりの風船をふくらますことができました。アンケートでは冬のみどりの日をおおくの人がたのしめたことと回答していました。来年度は「みどりの日」のほかに「ありがとうの日」がふえます。駒岡小学校に「みどり」「ありがとう」の風船がふくらむ企画やアイデアをどんどん考えてみてほしいと思います。

# 保護者のみなさま、ご確認をお願いします



## スポーツ振興センターの申請について

学校管理下（登校から下校まで）に発生したけがなどで、初診から治療までの医療点数が500点以上（医療保険の自己負担3割で1500円以上）の場合は給付対象となります。生活保護世帯や医療保険外の治療など給付対象にならない場合もあります。請求には時効があります。申請忘れやご不明な点がありましたら、養護教諭（584-6533）までご連絡ください。



## 新年度に提出をお願いします。

**健康カード**…押印またはサインと緑の色付き部分の記入をお願いします。

- ・緊急連絡先、携帯電話番号など（1ページ）
    - 変更があった場合は、二重線を引いて記入してください。
  - ・現在の体調など（2～8ページ）
    - 気になる体調はこちらに記入してください。
- 健康診断、けがや病気で病院にかかる場合の大切な資料になります。

新学年の欄に押印またはサインをお願いします。

**運動器検診問診票**…ご家庭で各ポーズを行い、新しい学年部分に記載してください。

**健康調査票**…両面印刷1枚の記入をお願いします。

- ・現在、お預かりしているものを返却します。
- 訂正や追加がある場合は赤字でご記入ください。
- 健康カードと重複する点もありますがご協力をお願いします。



# 健康カード、健康調査票、運動器検診問診票を 新しい学級で4月8日(火)に提出してください。



今年度も学校保健にご理解とご協力をいただき、ありがとうございました。