

ほけんだより 3月

令和7年3月5日
板橋区立高島第三小学校
校長 丸山 悦子

「三寒四温」という言葉を聞いたことはありますか。3日寒い日が続いた後に、4日暖かい日が続くという意味の言葉です。3月はこのような気温の変化が多く、朝晩の気温差も大きくなる時期です。自分で上手に調節できるように脱ぎ着しやすい上着をはおるなど、服装を工夫しましょう。

一年間の振り返り
ちゃんとできたかな？



早寝早起きができた



好き嫌いせず何でも食べた



元気に体を動かした



手洗い・うがいをがんばった



歯みがきをきちんとした



毎日ハンカチ・ティッシュをもっていた



友だちと仲よくできた



ストレスを上手に解消できた

～保護者の皆様へ～

<出席届の様式変更について>

令和7年4月から、「出席届」の一部が変更されます。4月1日から変更した書式を使用できるよう、ホームページ上も更新します。

※インフルエンザや新型コロナウイルスなど、お子様が感染力の強い感染症にかかった場合、出席を見合わせていただきます。(出席停止扱い)登校に際しましては、医師から「登校しても支障なし」との判断をもらい、必ず、「出席届」に医師の証明をもらい、お子様に持たせてください。

ありがとうの 効果

「ありがとう」と口に出していますか。この言葉には言った人にとっても、言われた人にとっても、良い効果がたくさんあることがわかってきました。

健康になる

ポジティブになる



幸せになる

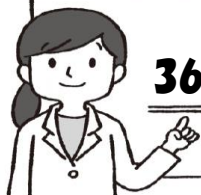
人間関係が
良くなる

感謝の言葉を口にして、自分も周りの人も
すてきな1日を過ごせるようにしましょう。

～保健室の1年間の記録～

保健室の
利用者数

3654 人



ケガで
来た人数

1695 人



体調が悪くて
来た人数

1472 人



保健室に来た人

多かった月



6 月

少なかった月



4 月

多かったケガ

- ☆ だぼく
- ☆ すりきず
- ☆ わんざ



多かった症状

- ☆ ずつう
- ☆ ふくつう
- ☆ 気持ち悪い

