

# 保健だより

はるやす ぐう  
春休み号

松橋支援学校  
保健室  
令和2年(2020年)  
3月23日

もうすぐ春休みです。今年度は、3月に入り臨時休校になったので落ち着いて年度末を迎える事が難しく、春休みに入ることになってしまいましたね。今回は、新型コロナウイルス感染症でしたが、いろいろな感染症を予防する方法について考え実践することができたのではないのでしょうか。感染症が流行っている時期だけでなく普段から手洗いなどできるように続けていきましょう。4月にみなさんの元気な姿を見せてください。



平成31年(2019年)4月から令和2年(2020年)2月までのあいだに、保健室には457人が来ました。そのうち、病気では177人が来て「吐き気・嘔吐」が一番多く、けがでは288人が来て「すり傷・切り傷」が一番多かったです。

この一年間、健康についていろいろ考えることができましたか？進級してからも、自分の体を大切にしていきましょう！そして新年度の準備としてむし歯や体の不調がある人は、病院に行き治療をしましょう！



お疲れさま

わたしからわたしへ

「お疲れ様」といえば、がんばりや苦労をねぎらう言葉ですね。この言葉を一年を走り抜けた自分自身にも、かけてあげてほしいのです。

みなさんの体と心は、一年でたくさん動いたことでしょう。体を動かすと疲れたり、筋肉痛になったりしますよね。でも、そうして強い体がつくられていくのです。心も同じです。喜んだり、悲しんだり、怒ったり…。たくさん動いた分、育つもの。それに疲れるものです。春休みには「お疲れ様」と自分に声をかけ、体も心もリラックスさせてあげましょう。



## 保護者の方へ

保健だよりと一緒に「服薬預かり書」も配付しています。来年度用として使用してください。今年度の「服薬依頼書」と様式が変わっていますので、ご注意ください。ホームページ上からも新しい様式のものをダウンロードできますのでご活用ください。

1年間、健康教育にご協力いただきありがとうございました。