

# 保健だより3月

令和8年2月27日  
さいたま市立文蔵小学校  
保健室

## 令和7年度 保健室来室状況

けが	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	合計
1年	7	15	8	8	0	1	14	13	19	23	10	118
2年	21	8	11	4	1	5	13	9	5	10	7	94
3年	6	12	14	12	0	29	27	22	22	32	13	189
4年	11	10	9	5	0	9	15	15	14	9	10	107
5年	8	5	3	4	0	3	14	8	7	4	6	62
6年	9	5	9	3	1	10	6	10	7	3	2	65
合計	62	55	54	36	2	57	89	77	74	81	48	635

### からだに感謝！～1年間ありがとう～

私たちのからだの器官は毎日、私たちのために働き、活躍してくれています。そんなからだのあちこちに、1年間の感謝の気持ちを伝えてみましょう。

目さんのおかげで学んだり



見たりすることができます ①

①目さんへ「いろいろなものをいつも見させてくれてありがとう。たくさんのことを学んだり、楽しいものを見たりすることができています。でも、休けいしなかったり、スマートフォンを使ったりゲームをしたりすることで、つかれさせてしまってごめんなさい。これからは、きちんと休けいをとって、早く寝て、目さんに休んでもらえるようにします。」

②歯さんへ「ものを食べるときに噛んで細かくしてくれてありがとう。歯さんのおかげで、いろいろなものをおいしく食べることができています。ときどき、歯をみがかないこともあってごめんなさい。むし歯や歯周病にならないように、ちゃんと歯をみがきます。」

歯さんのために



ちゃんと歯をみがきます ②

胃さんに負担をかけないように



食べすぎなどに気をつけます ③

③内臓の代表として、胃さんへ「私たちが食べたものを消化してくれたり、胃液で細菌をやっつけてくれてありがとう。食べすぎて、負担をかけてしまうこともあってごめんなさい。食べすぎたり、寝る前にもものを食べたりしないようにします。」

④耳さんへ「たくさんのお音を聞かせてくれてありがとう。みんなの声や好きな歌などを聞けてうれしいです。音楽を大きな音で長い時間聞いたり、耳掃除をしすぎたりすると、耳さんがつかれてしまいます。耳さんを休ませるようにします。」

声や音を聞けるのは



耳さんのおかげです ④

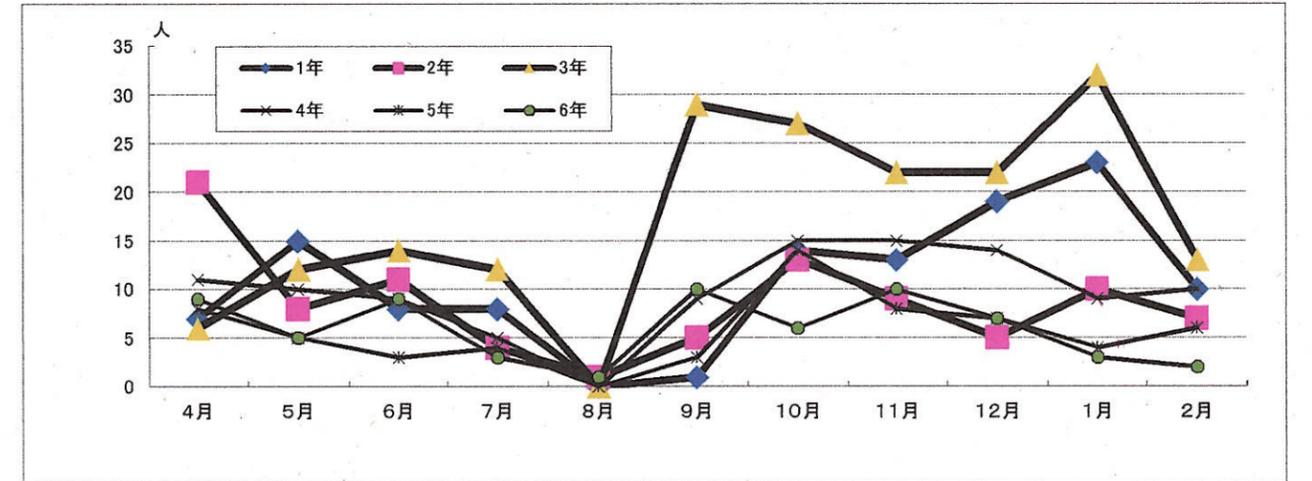
大活躍の脳さんにも



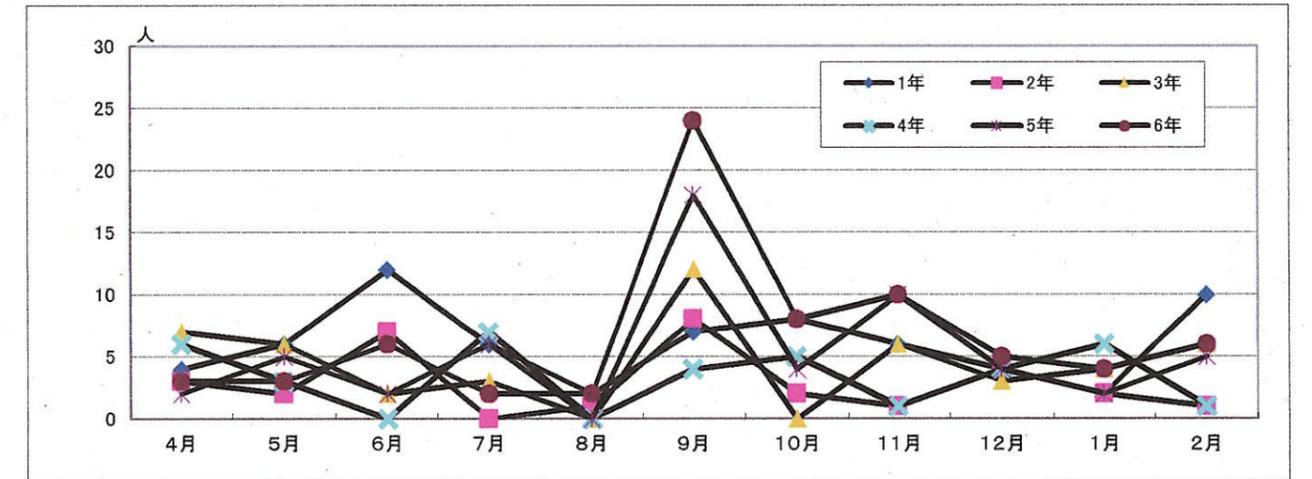
感謝しています ⑤

⑤脳さんへ「私たちのからだのあちこちに司令を出してコントロールしてくれたり、考えたり、私たちが寝ている間に記憶を整理してくれたり、大活躍してくれてありがとう。早く寝てすいみんをしっかりとして、脳さんに休んでもらうようにします。」

いつも私たちのために働いてくれて、本当にありがとうございます。これからもずっと、みなさんにはお世話になります。負担をかけないように、休んだり早く寝たりするようにします。



病気	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	合計
1年	4	6	12	6	2	7	8	6	4	2	10	67
2年	3	2	7	0	1	8	2	1	4	2	1	31
3年	7	6	2	3	0	12	0	6	3	4	6	49
4年	6	3	0	7	0	4	5	1	4	6	1	37
5年	2	5	2	6	0	18	4	10	4	2	5	58
6年	3	3	6	2	2	24	8	10	5	4	6	73
合計	25	25	29	24	5	73	27	34	24	20	29	315
早退者	8	8	6	8	1	8	10	12	9	5	14	89



けがの来室者は、10・1月が多かったです。けがの内容は、打撲が一番多く、次にすり傷でした。

けがが多かった学年は、1・3年生でした。

病気の来室者は、9月が多かったです。病気の内容は、頭痛が一番多く、次に気持ちが悪かったです。

病気が多かった学年は、1・6年生でした。4月から2月までの早退者は89人で11・2月が多かったです。