

ほけんだより



— 1年をふりかえりましょう —

あっという間に一年がすぎました。子どもたちも日々成長し大きくなっています。この一年間、おうちでも保育園でも健康な毎日を過ごすことができたでしょうか？

いちねん ふりかえってみよう一年

できたものに○をつけてみよう

睡眠時間はたっぷりとれた（早寝・早起き）	元気に体を動かした	歯みがきをキチンとした	好き嫌いなく、なんでも食べた	毎日、うんちがでている
大きなケガや病気がなかった	予防接種をうけた	毎日、朝ごはんを食べた	外から帰ったら手洗い・うがいをした	爪はいつもきれいに、短くしていた

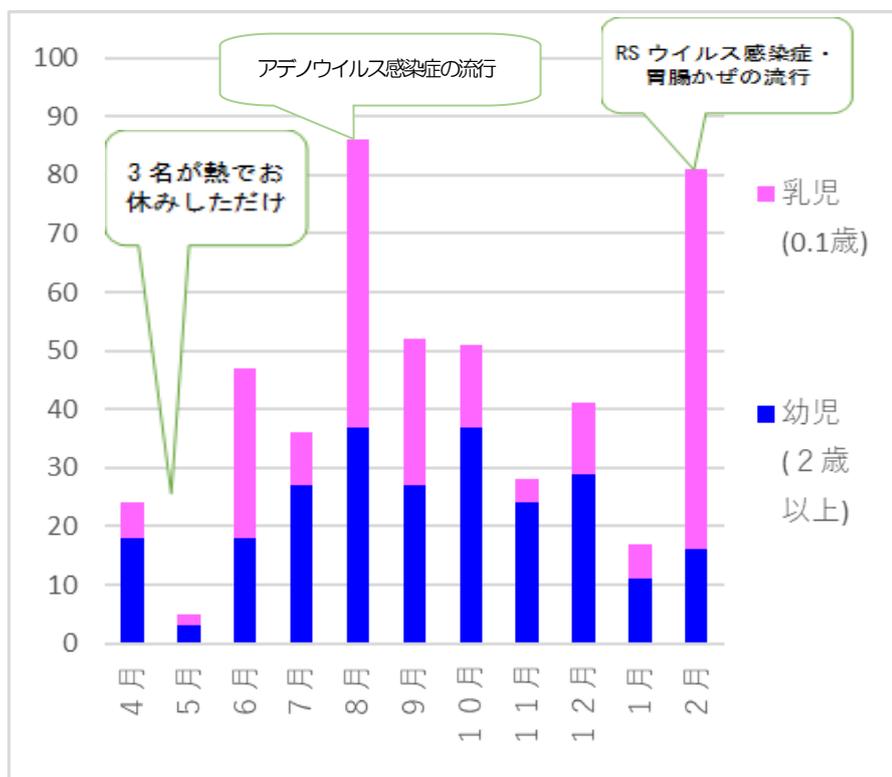
○はいくつ
あったかな？

- 10個・・・あなたはとても健康にすごせましたね！！
- 7～9個・・・健康にすごせました。この調子で！
- 4～6個・・・まあまあ健康にすごせました。油断しないように
- 0～3個・・・うーん、もう少し健康について考えましょう。

— データでみてみましょう —

月ごとの病欠のべ日数

例年、病気が理由の欠席延べ日数は全体で 1,000 日前後ですが、今年度は 500 日を切るほどです。



新型コロナウイルスの世界的なパンデミックにより感染予防対応が社会全般でとられています。いろいろな感染予防対応は面倒や、不便なこともあります。それを続けてきたことで、子どもたちもあまり病気にかからなかったとも言えるのでしょうか。

新たな感染者は減ってきたとはいえ、まだまだ油断は禁物です。自分も身の周りの人もみんなの命を守るために感染予防につとめましょう。

一年のまとめとして生活習慣を

見直し、新年度にむけて生活リズム

ムをつけていきましょう。