



# すくすく 春休み号

令和8年3月  
牛窓北小学校  
保健室

一年のしめくくりの時期になりました。もうすぐ新しい学年になりますね。新学期からも、いろいろなことにチャレンジしてみてくださいね。そのためには心と体が元気であることが大切です。春休みに心と体をしっかり休めて、また元気な笑顔を見せてください。6年生のみなさんは中学校でもたくさん活躍してくださいね。応援しています。



## めざせ！運動マスター！！

### 運動メダルが届きました！



今年度の新しい取り組みとして、岡山県が実施している、「めざせ！運動マスター！！いきいき岡山っ子☆運動習慣カード」に参加しました。

年に3回（北小っ子がんばりカードの期間と合わせています。）あるうちの、2回以上運動マスターになると、県から運動マスターバッジがいただけます。運動マスターバッジを保健体育委員会児童が配りました。

春休みの間も、毎日意識をして運動（かたたたき、お風呂で手をグーパー運動、ラジオ体操でもOK！）を行い、元気に過ごしましょう。



クラス全員  
もらえてうれしい！

毎日、業間休みに外遊びをして  
るから、ばっちりもらえたよ！



▲運動マスターバッジ

ほけんしつ ねんかん  
**保健室の1年間**  
ほけんしつ き ひと かず  
保健室に来た人の数は

ねんかん  
1年間で **267人** でした！（2/27時点）

1年間でけがをした人数は  
**267人** でした！  
去年けがをした人数は240人で27人も増えました。

1年間、旧平均の  
けがした人数は...  
**1.3人** でした！！  
去年は、1.2人でした。

1年間したけがのしゅるい  
1位 打撲 79人  
2位 すりずき 49人  
3位 目の異常 32人でした。  
目にものが入ったなど。

年間1人あたり  
**約5回**  
けがをしていました！  
去年よりも1人1回分ふえて  
いました！

けがをしたところが一番多  
かった場所1位は**運動場**でした。  
**78人運動場で**  
けがをしました。

大きなケガが少  
なかったよ！  
運動前の準備  
体操をきちんと  
できていたから  
かもね！



1年間、旧平均の  
病気になった人数は...  
**0.4人** でした！！

1年間、病気の1位は、**豆夏痛**で  
26人でした。  
2位 月夏痛 は、16人でした。  
3位 発熱 は、14人でした。

▲この記事は、保健体育委員会の児童が書きました。

## 保護者の方へ

1年間、各種保健関係書類の提出、がんばりカードなどたくさんのご協力ありがとうございました。お子様の成長の様子を引き続き一緒に見ていけたらと思います。今後ともよろしくお祈りします。

