

げんき

この1年間に
保健室に来た人の数

けがで来た人は
のべ738人
そのうち多かったのは

すり傷 → 210人
うちみ → 141人
頭をぶつけた → 51人

病気で来た人は
のべ516人
そのうち多かったのは

頭痛 → 193人
気持ちが悪い → 134人
腹痛 → 124人

合計

1,254人

みんなにとっての
「健康」ってなに？

- 毎日元気でいられること
- ストレスが少ないこと
- 夜ぐっすり眠れること
- ごはんがおいしく食べられること
- つらいことを乗り越えるエネルギーがあること
- とっても大切なこと などなど

きっと、人によって答えはさまざまでしょう。未来に向けてあゆみを進めるこの時期に、自分にとっての「健康」とは何か、じっくり考えてみるのもいいですね。これから、ずっと健康に過ごすための大切なことが見えてくると思います。

卒業・進級おめでとう！！

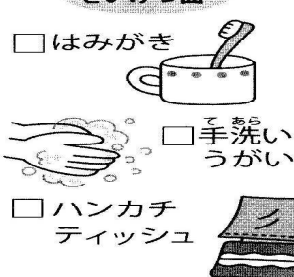
1年間の生活をふりかえって...

できていたら□にチェックを入れよう！

生活習慣面



せいけつ面



こころの健康面

