

ほけんだより 3月



3月5日 大原小学校

春はすぐそこ・・・1年間のしめくくり

校庭にある梅の花からよい香りが漂って来ました。日中は4月なみの暖かい日もあり、春を感じるようになってきました。市内では、コロナ・インフルエンザ・感染性胃腸炎などの感染者が多くでています。手洗い、うがい、換気に加えて「早ね・早起き・朝ごはん」の生活のリズムをくずさないように心がけましょう。

3月の保健安全目標

・1年間の保健・安全・給食について

反省しよう。

感染症対策、早ね・早おき・朝ごはん、交通安全、バランスのよい食事

耳のはたらき

あなたの耳を大切に

【はたらき:その1】音を聞きます

からだの外の「耳かい」で集めた音が「こまく」をふるわせませす。ふるえは「耳小骨」「かぎゅう」をとおり、その信号が神経を伝わって脳に届き、『聞こえた』とわかります。



【はたらき:その2】バランスをとります

耳の奥にある「さんはんきかん」でからだの回転を、「前庭」でかたむきを感じとっています。それらの信号を脳で受け、からだがおれないように手や足を動かします。

耳を大切にするためには？



- 耳そうじは入口近くをやさしく
- 鼻は片方ずつ静かにかむ
- イヤホン・ヘッドホンは使う時間と音量に注意
- たたかない・引っばらない

みみの健康チェック!

一つでも心当たりがある人は、一度、耳鼻科で診てもらいましょう



耳鳴りがする



聞こえが悪い



耳が痛い



めまいがする

保健室の1年間について

2月までの保健室利用をまとめました。

体調が悪くなって、保健室にきた人

のべ 420人(昨年度 258人)

★一番多かった症状は
ずっず



けがの手当てで、保健室にきた人

のべ 585人(昨年度 595人)

★一番多かった症状は
だぼく



合計 のべ 1005人(昨年度 853人) ★一日へいきん 5.3人

保護者様へ

- ★ 健康手帳を持ち帰ります。P5に印、P35～又はP37～のせいけつしらべに、ひとことご記入後、学校へ提出してください。1年間の発育の様子は、P45～に貼ってありますのでご確認ください。健康ファイルは、中のプリントを抜いて表紙に押印し、提出してください。
- ★ 麻しん及び風しん定期接種(第2期)を受けていないお子様がおりましたら、市保健センターへご相談くださいますようお願いいたします。