

# ほけんだより 3月号

3月9日 檉小学校保健室



学級園の花が咲き始め、だんだん春らしくなってきましたね。

2月は体調を崩し、欠席となった子が多くいました。3月も油断はできません。手洗い・うがいはもちろん、換気や規則正しい生活をするこもかせ予防につながります。

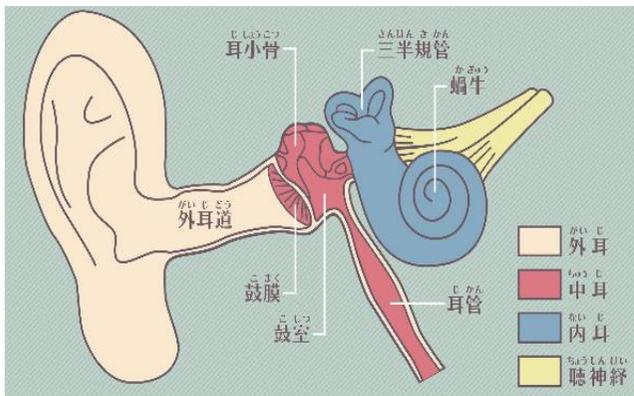
今月は、卒業式や修了式があります。檉小学校の児童全員が元気に今の学年を終えることができますように・・・

## 3月の保健目標

- ・耳を大切にしよう。
- ・健康で安全な生活ができたか反省しよう

## 耳を大切にしよう！

### ●耳の仕組み



### ●耳のはたらき

(クイズ)  
耳のはたらきは、主に2つあります。1つは「音を聞く」。さて、もう1つは何でしょうか？

- ①においをかぐ
- ②体のバランスをとる
- ③体の色を決める

### ●耳を大切にするために

- ・耳の近くで大きな声や音を出さない(テレビやゲームの音量に気をつける)
- ・耳をたたかない。
- ・鼻をかむときは、片方ずつ。
- ・耳そうじをする ※耳の入口をかるくそうじする程度。



# ねんかん 1年間の振り返りをしよう！

<p>○朝ごはんをしっかり食べてから登校できましたか？</p>	<p>○1日のメディア利用時間は、1時間以内でしたか？</p>	<p>○朝・昼・夜歯みがきをすることはできましたか？</p>
<p>○早寝・早起きはできましたか？</p>	<p>○友達と仲良くすることはできましたか？</p>	<p>○元気に登校することはできましたか？</p>

## 今年度の保健室利用状況

※2月末現在

体調が悪くなって、保健室を利用した人

74人

★一番多かった症状は、頭痛でした。



けがの手当てで、保健室を利用した人

151人

★一番多かった症状は、擦り傷でした。



この1年間、元気に学校に登校することはできましたか？4月からも、けがのないように落ち着いた行動をし、体調を崩さないように規則正しい生活を続けていきましょう！