

3月のほけんだより

令和5年(2023年)
3月
東小学校 保健室



今年度も残すところ1ヶ月となりました。みなさんが今のクラスや学年で過ごす時間も、あと少しです。この1年間をふり返って、どんなことを思い出しますか? 思い出の分、みんなはいろんなことを経験して、心も体も大きく成長したかと思えます。この1年間で身につけたものを大切に、次の学年に上がってからいかにいかしていきましょう。みんなが、心も体も健康に4月からの生活をがんばれるように応援しています。

1年間 心も体も



元気に過ごせましたか?

わたしは誰でしょう?

01

からだに2つ。だから、アレがどこから来ているかわかるんだよ。

02

役割は、みんなもよく知っているアレ。からだのバランスにも、深く関係しているよ。

わたしは…

みみ 耳

役割は、音を聞くこと。2つあるおかげで、音がどの方向から聞こえているかわかるんだよ。そして、耳の奥にある「からだの傾きを感じる」場所で、バランスをとっているんだよ。

03

わたしの中には、からだで一番小さな骨や、かたつむりがいる!?

04

ことわざや慣用語では、「タコ」がでたり、「壁」にあたりすることもあるよ。

耳から入った音は鼓膜を通り、からだの中で一番小さなあぶみ骨(耳小骨)や、かたつむりに似た蝸牛など、迷路みたいな道を通って、脳に「聞こえた」と伝えているよ。

●耳にタコができる
同じことを何度も聞かされてうんざりする
●壁に耳あり障子に目あり
どこで誰が見たり聞いたりしているかわからない
——という意味。
——知っていたかな?

ヘッドホン・イヤホン🎧 使うときは

音量に注意!

☑ まわりの会話が聞こえるくらいを目安に

時間に注意!

☑ 連続して聞かず、こまめに休憩を

けがをした人
2494人

けがの種類
1位 打ぶく
2位 すり傷
3位 その他
(痛みや爪が割れたなど)

けがした場所
1位 教室
2位 運動場
3位 その他
(屋上やオープンスペースなど)

保護者の皆様へ

日頃から、お子さまの体調管理や検温等の健康観察にご協力をいただき、ありがとうございます。引き続き、登校時の体調についてご配慮いただきますようお願いいたします。

保健室を利用した人は
2月末まで、
3228人でした。

保健室の
いちねんかん
一年間

利用者が一番多かった月

10月

具合が悪くて来た人
734人

昨年度よりも739人多かったです!

今年度はインフルエンザの流行もあり、1月中旬から2月にかけて発熱や頭痛で早退する人が多かったです。

けがの来室者が多い日は、みてもらうまで、ずっと待っていてくれる人もいます。「傷口は水で洗ってくる」「鼻血はティッシュでおさえる」などの自分でできるけがの手当てを、保健室に来る前にやりましょう。

けがや体調不良以外で、相談(保健室の先生と話をしたい、心配事、困り事など)がある時も、保健室を利用してください。

★3月中に治りょうをすませましょう★

健康診断や検査の後にももらった「治りょうのお知らせ」がそのままになっていませんか? とくに視力が良くない人やむし歯の治りょうが必要な人は、3月中に治りょうをすませて、ばっちりの健康状態で新しい学年や新入学を迎えましょう。治りょうが済んだら、学校まで早めに報告書を出してください。

