

ほけんだより3月

おうちの人と一緒に
 読んでください
 令和6年3月8日
 南長崎小学校 保健室

ひが暮れるのが遅くなり、春の訪れを感じる季節になりました。3月18日(月)は卒業式です。6年生と過ごせるのもあとわずか。たくさんの思い出を作りましょう。



3月の保健目標は「耳を大切にしよう」「1年間のけんこう生活の反省をしよう」です。

3月3日(日)は耳の日でした。耳も目や鼻と一緒に大事な場所の一つです。大切な耳を守るために、次の3つのことを守るようにしましょう。

①耳元で大きい音を出したり、話したりしない。②耳をたたいたり、えんぴつなどのものが入れたりしない③はな水をすすったり、強くはなをかんだりしない(はなをかむ時は、片方ずつゆっくりとかむようにしよう)

耳がふたつある理由

犬、猫、うさぎ、ライオン、キリン、そして人間。

思い浮かべてみてください。
 耳は何個？
 みんな二つありますね。
 どうしてでしょうか。

それは、方向を感じるため。どの動物も、耳は頭の両側に離れてついています。だから、音が発生した方向によって、左右の耳で聞き取る音の大きさは少しずつ違います。その音の差で音の方向を感じているのです。

たとえば、車が後ろから近づいてきているときなどは、耳から入ってくる情報が頼りです。片方だけでも病気やケガで聞こえなくなると、気づくことができなくなることも。安全を守るためにも、ふたつの耳を大切に。

1年間、体も心も元気に過ごすには、規則正しい生活が大切です。自分の今までの生活を振り返りながらチェックを行い、春休み・新年度を迎えましょう。

1年間(2月29日までの)保健室にきた人数を確認したのでお知らせします。
 1年間ありがとうございました！

1年をふり返ろう！

「できた！」と思うものに○をつけてね

早寝・早起きができた

毎日朝ごはんを食べた

食後に歯みがきをした

石けんで手洗いをした

元気に体を動かした

友だちと仲よくした

保健室

1年間の記録

来室者	ケガ	病気
1183	781	402
人	人	人