

令和6年3月13日(水)
 長崎市立仁田佐古小学校
 No.11

今年度も残りわずかです。この1年を通して、みなさんは心も体も大きく成長したことと思います。次の学年でも良いスタートが切れるように、準備をしていきましょう。

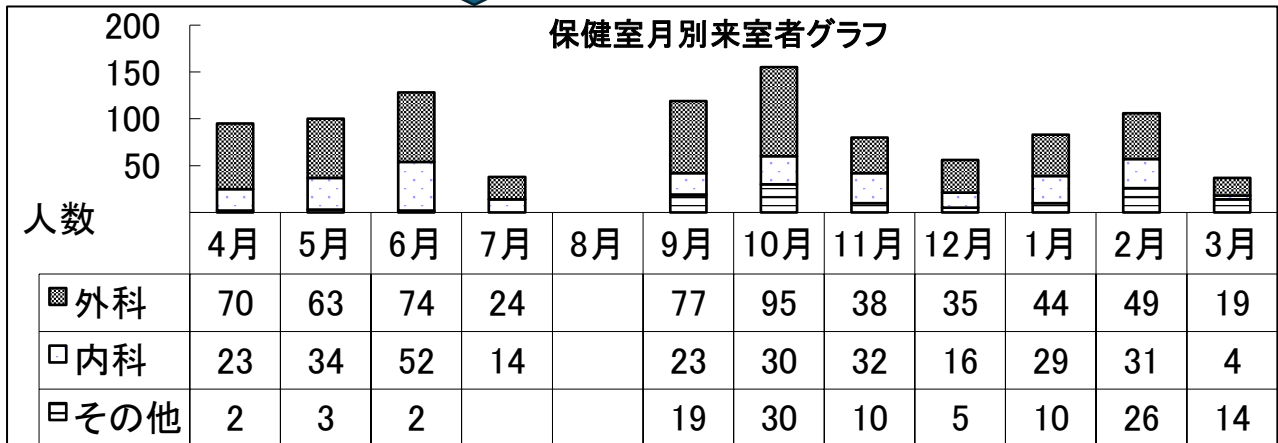
仁田佐古小学校保健室の1年間

1年間の保健室の様子を数字でお伝えします！

○	けが…	588人
○	病気／不調…	288人
○	相談(心の悩み)…	121人
○	その他…	0人
○	最も多かったけが…〔すり傷〕	
○	最も多かった病気／不調…〔腹痛〕	



何月に来室が多いでしょう？



- 6月と10月は、インフルエンザなどの感染症が流行した影響で、内科の来室が増えました。
- 1年間を通して、「すり傷」や「打撲」の来室が多かったです。けがした部分は、水道水で洗ってから保健室に来ましょう。

保護者のみなさまへ

1年間、大変お世話になりました。けがや発熱等で、急な早退や病院受診をお願いすることも多い中、臨機応変に対応してくださりありがとうございました。子どもたちが毎日元気に過ごすために、ご家庭の協力が不可欠です。今後とも、よろしくお願いいたします。

裏面もあります。

みみ たいせつ 耳を大切にしよう！

みみ おと き ひつよう ぶぶん ほかに たいせつ やくわり も
耳は音を聞くために必要な部分ですが、他にも大切な役割を持っています。

耳のことについて、確認してみましょう！

ある方向にクルクルと体を回転させると、ふらふらしてまっすぐ歩けなくなったことはありませんか？
回転することで、体のバランスをとっている耳（三半規管）に影響が出ます。

大切な耳のはたらきについて

- ・音を聞く
- ・音の方向がわかる
- ・体のバランスをとる



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

春休みの過ごし方

歯の治療は済んでいますか？
他にも気になるところがあれば治療しておきましょう。



リズムな生活に
ならないよう休み中も早寝早起きを続け、朝食もきちんと摂りましょう。



やりすぎないようにスマホは使用時間を決めて守りましょう。
たまには電源オフの日も！



ストレスがたまっていますか？
休みを利用して上手に気分転換を図りましょう。



身のまわりを整理し、新年度でスタートできるようにしておきましょう。

