

ほけんだより 3月号

H26.3.6
西和佐小学校
ほけんしつ

3月の保健目標

1年間の健康生活の反省をしよう

今年の保健室

は、こんな感じでした！！

【春】 私が、「どうぞよろしくお願いいたします。」と体育館であいさつしてから2年がたちました。春は別れもあり、出会いもあり、検診もある。いそがしい時期だけど、検診の時は西和佐のみんなの表情や成長を見ることのできる嬉しいときです。みんなからは、気合いと、緊張感がとても伝わってきたことを思い出しました。かわいい1年生。「何もしていないのに血が出てきた」「あっちでころんだ」「・・・(泣きながら無言)」など、ケガの状況を聞き取る時間がかかったかな？小学生の小ささと純粋さで新鮮な気持ちになった4月でした。

【夏】 暑いあつい夏！どんな暑い日でも、休憩時間になると外で走り回るみんなの姿を見ては、私は笑っていたように思います。けれど、熱射病にならないか毎日心配していました。お茶は多い目！汗はタオルでこまめにふくように！！これは約束！守ってね。保健室に、涼みにきているとわかっていても大目に見ていた7月でした。体調が悪い時は無理せず体を休めよう。

【秋】 1年で最もケガが多くなるのが9月。運動会の練習もあり、89人がすり傷、打撲、捻挫などで保健室に来ました。けれど、暑さにも負けず、泥まみれになりながらも頑張っていた姿はかっこ良かったです。何かを成しとげた後のみんなの顔は凛としていました。その後だんだんと寒くなるにつれて、インフルエンザによる欠席者が増えはじめました。人が集まる場所には、様々なウイルスがいっぱいいるよ。(うがい・手洗いは1年中忘れずに！)

【冬】 この冬は昼と夜の気温差が大きかったですね。西和佐小学校では3学期に入って、2クラスが学級閉鎖に！4Aではクラスの半分以上の人がインフルエンザB型にかかりました。でも今は元気に復活！卒業式、終業式まで残りわずか。もう一度気持ちを引きしめて、ケガ、病気にならないように、十分注意して生活しよう。

4月8日 1年間の保健室・利用状況

2月28日 まで

 <p>けが</p> <p>611 人</p> 	 <p>病院へ行った人</p> <p>19 人</p> 	 <p>病気</p> <p>158 人</p> 	<p>早退</p> <p>39 人</p> 
---	---	---	---

卒業しても、
ずっと友だちだよ！



卒業しても、
ずっと友だちだよ！



6年生へ
自分の体より大きく見えるランドセルを背負って入学した1年生。それから6年が過ぎました。みんな本当に成長しましたね。毎日大きくなっていくあなたたちのご飯を作ったり、お世話をしてくれたりした家族の人たちに、感謝してくださいね。

7つのまちがいがし

花粉症になる年齢が低くなってきています！



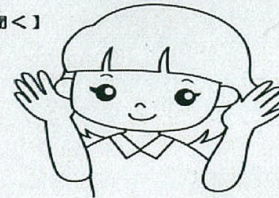
気象情報会社のアンケートによると現代は花粉症デビューの平均がなんと7歳だそうです。みんなも、いつ花粉症になってもおかしくないということです。

マスクをすると・・・
マスクをすると、吸いこむ花粉の量を3分の1から6分の1に減らせます！！
花粉が付きやすいのは、顔や手なので手洗い・うがい・洗顔をすると効果あり！！

耳のはたらき

耳のはたらきは二つあります。音を聞くことと体のかたむきや動きの情報をキャッチすることです。

【聞く】



耳が二つあるのは、聞こえてくる音の方向を知るためです。音が聞こえてくるほんのわずかの差を感じて、音がどこでしたのかを感じとるのです。

【体のかたむきを感じる】



耳の奥にある内耳では、体のかたむきや回転を感じとり、その情報を脳に伝えます。