

とよOH! げんKIDS

令和6年3月
豊郷中央小 保健室



3月の保健目標

- ✿ 健康生活の反省
- ✿ 耳を大切にしよう

おうちの人といっしょによんでね。

暖かく感じる日も多くなってきました。しかし、3月は寒暖差が大きく、強風が吹いて急に冷えこむこともあります。上着を持ち歩くなどして上手に調節してくださいね。

また、3月は学年のしめくくりの月ですね。1年間、元気にすごせましたか？

1年をふり返ろう!

「できた!」と思うものに
○をつけてね



3月9日はサンキューの日

自分のまわりのいろいろな人に、1年間の「ありがとう」の気持ちを伝えましょう。



例

- ✿ 一緒に遊んでくれてありがとう。
- ✿ いつもおいしい食事をありがとう。
- ✿ 送り迎えしてくれてありがとう。

知ってる？ サイレン音の違い



大きな音で救急車両が通ることを教えてくれるサイレン。実は音や車の違いで、災害の種類がわかります。

3月3日は



ウーカンカンカン

消防車が火災に出動する時はサイレンと鐘の音がなります。

ウーウーウー

消防車が火災以外の災害に出動するときはサイレンだけになります。

ピーポーピーポー

救急車が出動する時。交差点に入る時など「ウー」とならずこともあります。



耳がふたつある理由



犬、ねこ、うさぎ、くま、キリン
…そして人間などなど。

思い浮かべてみてください。

耳は何個？

みんな2個ありますね。

どうしてでしょう？

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。

例えば、車が後ろに近づい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したいですね。

4月、よいスタートができますように...



生活リズムをつくる

朝

の3ステップ

STEP 1

毎朝決まった
時間に
起きよう



STEP 2

太陽の光を
浴びよう



STEP 3

朝ごはんを
食べよう

