



令和6年 3月 発行  
 宇都宮市立五代小学校  
 ★おうちの人と読みましょう

今月の保健目標

1年間の健康生活を反省しよう

空気が温かくなり、春らしい日が多くなってきました。  
 令和5年度も間もなく終わりを迎えようとしています。  
 6年生は卒業、5年生～1年生は、来月には進級です。  
 1年間を振り返り、新しい学年に向けて目標を立ててみましょう。



来室者 2076 人	ケガ 1114 人	病気 843 人
------------------	-----------------	----------------

病気やケガ以外で  
 保健室を利用した人は、119名いました。

片付けて  
 新年度をすっきり迎えよう  
 みなさんの机の上や  
 部屋は整理できていますか。新年度が始まると、新しい教科書などの物が増えて、ごちゃごちゃしがちです。そうなる前に片付けをして身も心もすっきりしましょう。

1 片付ける範囲を決めてから始める  
 すべてを整理しようとする、何から始めればいいのかわからなくなります。最初に場所を決めましょう。

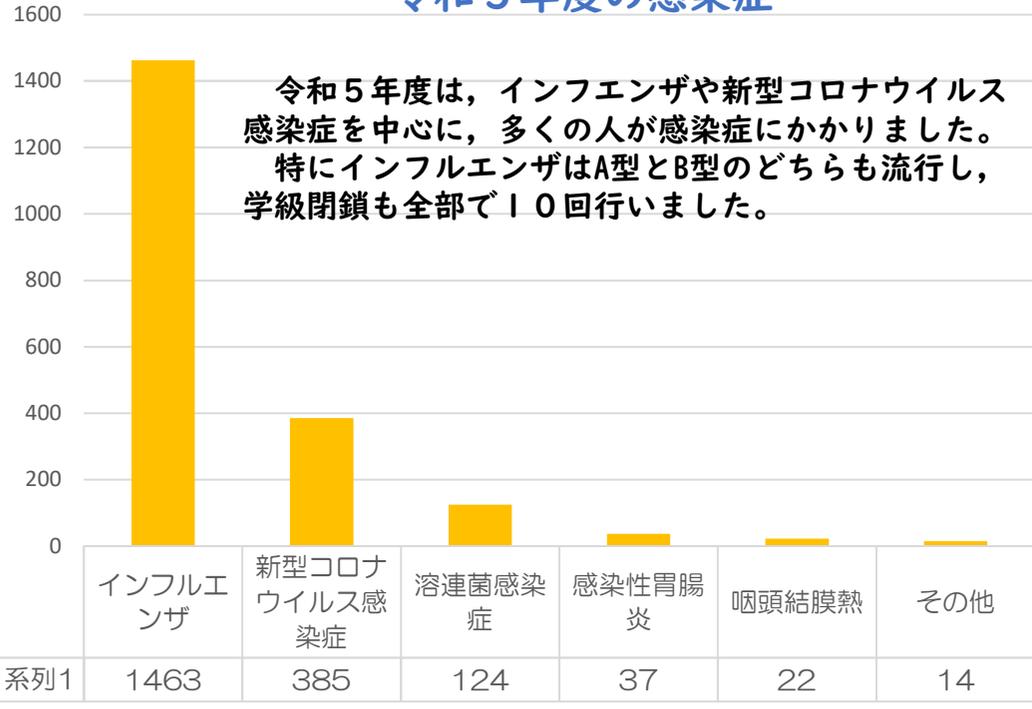
2 使う場所の近くに片付ける  
 物が使う場所の近くにあると、出し入れが楽になります。使う場所から手の届く位置に収納しましょう。

3 自分の好きな空間を作る  
 好きな物を飾る場所があると、その場所をきれいに保ちたくなり、そこを中心に片付けるきっかけになります。

耳のはたらき

- 音を集めて聞き分ける  
 耳は、空気を伝わってくる音を集めて聞き分けるはたらきをしているよ。
- 体のバランスをとる  
 耳の穴の中はとても複雑なつくり。奥のほうのあるところでバランスをとっているよ。

令和5年度の感染症



耳の穴の中

耳は、外耳、中耳、内耳の3つの部分できている。

