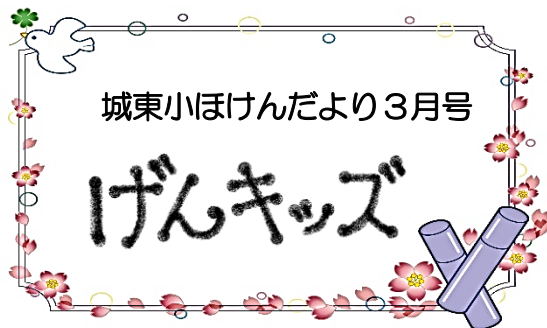




城東小ほけんだより3月号

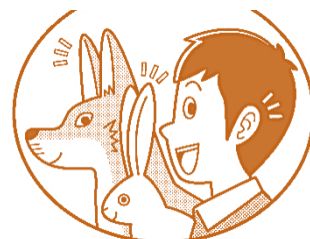
げんキッズ

☆3月の保健目標☆

健康な生活について
ふりかえってみよう

3月に入り、少しずつ春の陽気となり、間もなく卒業式・修了式を迎えます。この1年間、健康な生活を送ることができたでしょうか。今年度は大きめのけがが少し多い年になりましたが、城東小の子供たちは健やかに成長することができました。これもご家庭の健康管理やご指導のおかげです。ありがとうございました！これからも、早寝・早起き・朝ご飯を心がけ、新年度にそなえましょう。

3月3日は耳の日 耳を大切にしましょう



しょうじょう
こんな症状はありますか？

こうどう げんいん
こんな行動が原因かも!?

耳が痛い 	耳の中が かゆい 	ジクジク している 	●耳をよく さわる。 	●耳の近くを 打った。
聞こえにくい 	耳鳴りが ひどい 	耳がつまって いる感じ 	●大きな 音を聞いた。 	●イヤフォンを つけたまま寝た。

みみ なか えんしょう お
耳の中が炎症を起こしていたり、中耳炎や難聴など、
みみ びょうき
耳の病気になっていたりする可能性があります。

しょうじょう つづ とき
症状が続く時は、
じびか
耳鼻科へ！

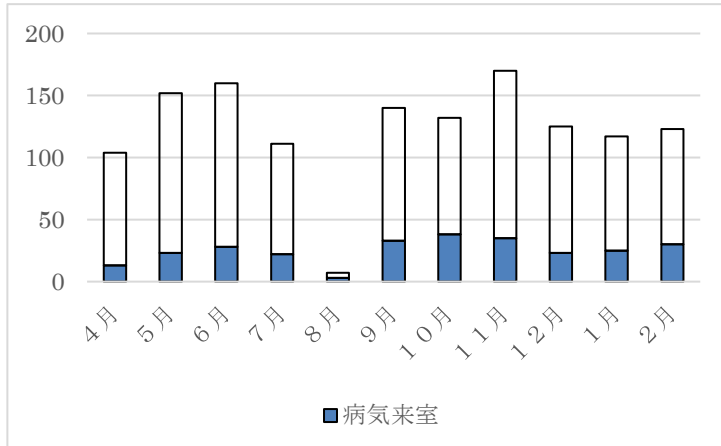
外耳道には、耳あかを外に押し出す働きがあるので、耳そうじは、入り口近くだけでOK！



春休みには治療をすませましょう！

むし歯などの治療がまだ終わっていない児童や、耳垢のたまりやすい児童は、**新学期が始まる前に治療や検査を済ませておきましょう。**(新学期になると、歯科検診や視力検査、耳鼻科検診などがあります。)

今年度の保健室利用者（まとめ）



4月から2月22日までに児童が保健室を利用した延べ人数は1,345人で、来室の多かった昨年度と比べて例年と同じくらいになっていました。ただし、スポーツ振興センターの申請は1.5倍になったようです。

ちょっとしたことでけんかになり、手を出してしまった児童も多く、大きなけがにつながった事例もありますので、ご家庭でもお子さんと安全な生活についてご確認ください。

1年間の生活チェック

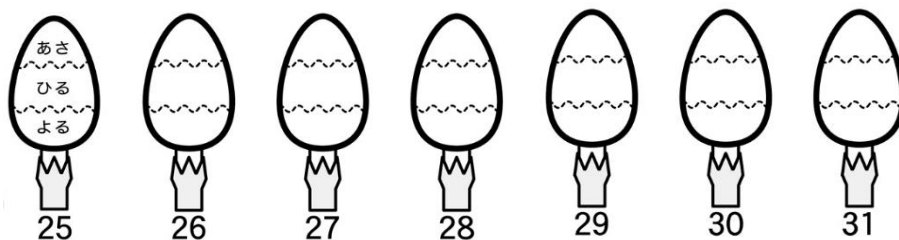
1年間の生活をふり返って、あてはまる質問にチェックをしてみましょう。



来年度はつくようになんぼう！
チェックがつかないところは、

～春休みはみがきカレンダー～

あさ・ひる・よる みがいたところに好きな色をぬってね。※ご家庭でぜひご活用ください。



提出の必要はありません

