

ほけんだより



令和6年3月号
宇都宮市立築瀬小学校

今年度も残りわずかとなりました。6年生は卒業し、1～5年生は進級します。心も体もこの1年間で大きく成長したのではないのでしょうか。来年度も目標を持って生活し、成長する1年にしていきたいと思います。

令和5年度の保健室を利用した人数(令和6年2月22日までの人数)

	けが	病気
年間	1240	693

みなさんは、この1年間でどれくらい保健室を利用しましたか？
来年度も元気に過ごすことができるとよいですね。



今年度の1年間をふり返ろう

この1年間の生活をふり返って、きちんとできた行動は口の中にチェックを入れましょう。
できなかった行動は、新年度からできるように頑張しましょう。



3月3日は、^{みみ ひ}耳の日です

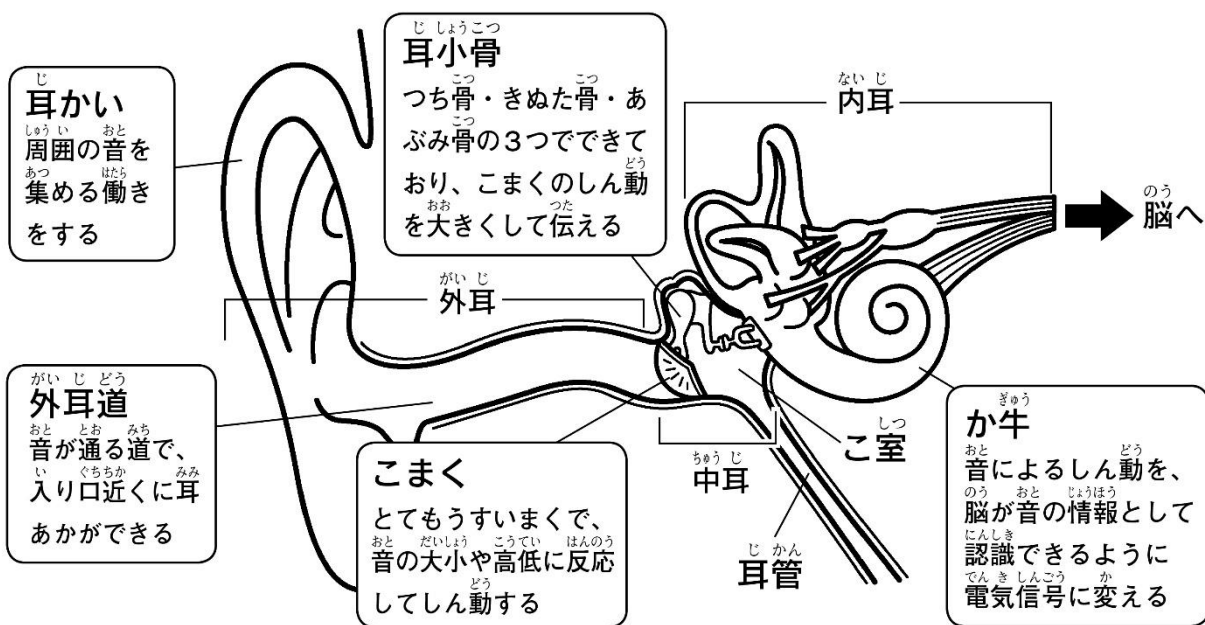


「33」の3をひとつ反対向きにすると、^{みみ}耳のように見えることから3月3日は「^{みみ ひ}耳の日」とされています。

^{みみ}耳は外の「音」の^{はんたい む}情報を^{みみ}脳に伝える大事なところですよ。^{おお}大きな音で音楽を聞いたり、^{おと おんがく}耳の近くで^き大声を出したりしないようにしましょう。

^{みみ}耳のつくり

^{みみ}耳は外側から「^{がい じ}外耳」「^{ちゅう じ}中耳」「^{ない じ}内耳」に分かれています。



^{おお}大きな音量で聞いていると…

^{みみ}耳のおくには「有毛細ぼう」と呼ばれる音を感じ取る細ぼうがあります。ヘッドホンで大きな音量で音楽を聞いていると、有毛細ぼうが傷ついて、こわれることがあります。こわれると音が聞こえづらくなり、回復も難しいので、大音量で聞くのはやめましょう。

