

げんきっこ

3月号

R5.3 横央小保健室



ひと
おうちの人とよんでね!

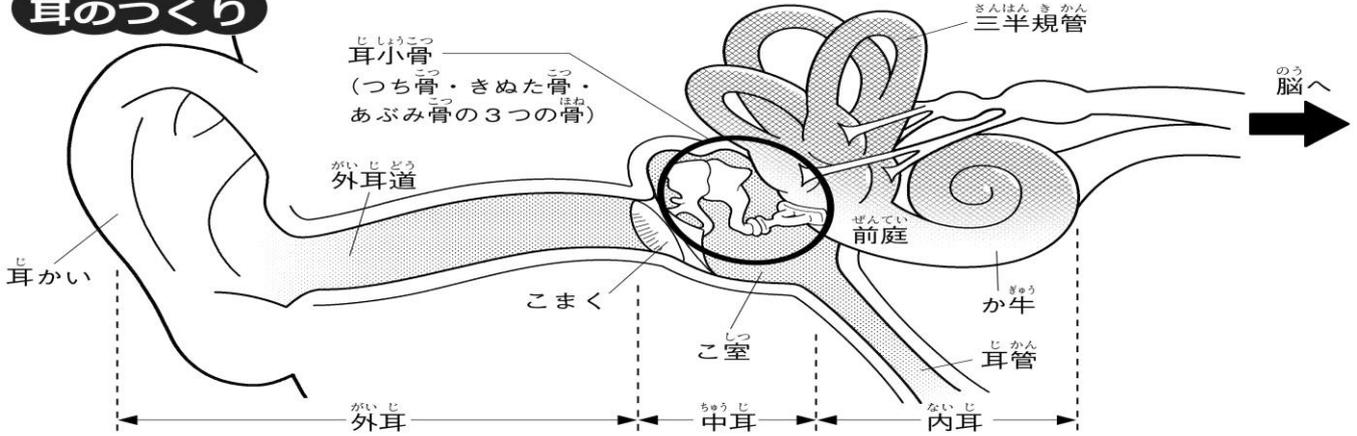
寒さも少しずつ和らぎ、日差しを暖かく感じられる季節となりました。残りあとわずか、今年度が終わりますね。うまくいかなかったこともあると思いますが、色々なことにがんばってきたので、みなさんの体と心は大きく成長しています。これまで以上に健康に気を付けて、4月から始まる新しい世界で活躍できるように、保健室から応援しています。



大切に
しよう!

3月3日は「耳の日」です

耳のつくり



耳の働き



音を聞く



体のかたむきを感じる

© 少年写真新聞社 2023

大切な耳にやってはいけないこと!

耳を引っばる



耳のそばでさけぶ



鼻を強くかむ



耳をたたく



耳には「こまく」という、うすいまくがあります。耳を引っばったり、さけんだり、たたいたりすると、こまくにあなが空いてしまうことがあります。また、耳かきやめんぼうを耳のおくまで入れすぎると、こまくを傷つけてしまうおそれがあります。さらに、両方の鼻のあなをいっしょにかんだり、強くかみすぎたりすると中耳炎になることがあります。やさしく、少しずつかむようにしましょう。

ねんかん かえ
1年間をふり返ってみよう

はや はやお
早ね早起きが
できましたか？

まいあさ あさ
毎朝、朝ごはんを
食べましたか？

おお びょうき けんこう
大きなけがや病気をせず、健康に
すごせましたか？

まいにち
毎日、ハンカチ・ティッシュを
もってきましたか？

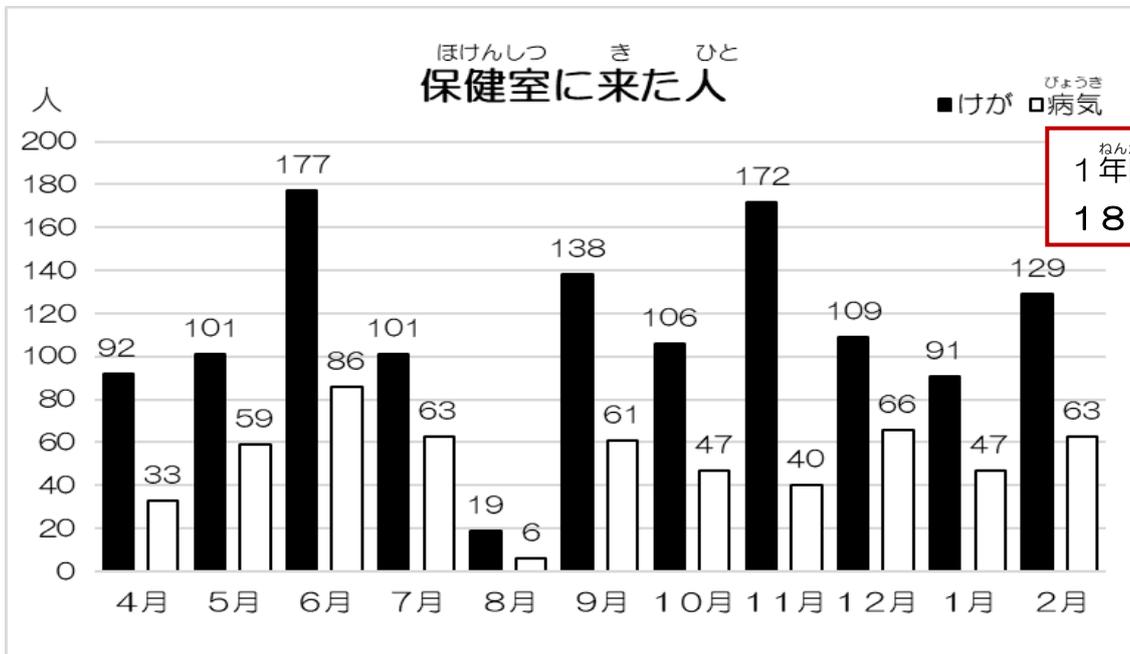
げんき からだ うご
元気に体を動かしましたか？

とも なかよ
友だちと仲良く
できましたか？

ゲームをやりすぎたり、動画を見すぎたり
していませんか？

しょくご
食後はきちんと歯を
みがきましたか？

2022年度 保健室の様子 (2023年2月28日まで)



たいちやう わる き ひと
体調が悪くて来た人

571名

ずつう きもち わる
頭痛, 気持ち悪い,
ふくつう おお
腹痛が多かったです。

けがをして来た人

1235名

た ぼく やすり けが
打ぼくやすり傷が
おお
多かったです。