# ほけんだより 3月号



2025年2月28日 川崎市立大師小学校



## <3月の保健目標> 健康についてふりかえろう



### 1年間のふりかえり

今年度もあっという間に3月になりました。6年生は中学校に、1~5年生はそれぞれ学年があがり、新しい生活が始まります。1年間で自分はどんなけがや病気をしたか振り返ってみましょう。これから始まる新年度では、けがや病気を防ぎ、元気に過ごすにはどうしたらいいのか考えてみるといいですね。



### 保健室の1年間のきろく

けがと病気で保健室を

利用した人 899人



### ☆ けがで利用した人 <u>495人</u> どんなけがが多い?

①打撲 215人

②すりきず 167人

③ねんざ 22人

4鼻血 17人

⑤きりきず 16人



\*他にも様々なけががありました

## ☆病気で利用した人 <u>404人</u>どんな病気が多い?

①頭痛 109人

②気持ち悪い 86人

3腹痛 63人

4発熱 61人

**⑤だるい** 35人

\*他にも様々な病気がありました





3月3日は、ひなまつりでもありますが、「耳の日」でもあります。3が耳の形に似ていることと、み(3)み(3)の語呂合わせから決められたそうです。耳は、音を聞く働きだけではなく、体のバランスを保つ役割があります。「めまい」が起こるときは、耳が関係していることもあります。とても大事な役割なので、耳を大切にするために、日々気を付けて過ごしてみましょう。

### ○耳を大切にするためには?

- ①耳掃除は、入口近くを優しく
- →奥に入れすぎると、耳を傷つけてしまうので気を付ける。

### ②イヤホンやヘッドホンは使う時間と音量に注意

→大きな音で長い時間使用していると、耳が聞こえにくくなることがある。

#### ③鼻は優しくかむ

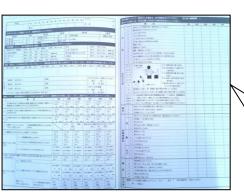
→鼻と耳は繋がっています。片方ずつゆっくりかもう。



### 「保健調査票」を配布します

年度末に1~5年生に「保健調査票」を配付します。提出は、新年度、4月8日(火)になります。4~6月に行う健康診断で、学校医の先生方が子どもたちの体を診るために必要な情報になり、結核検診の問診も含んでおります。また、学校を健康に過ごす上で貴重な資料になり、6年間使用します。ご協力のほどよろしくお願いします。





左右どちらも 記入お願いし ます。