

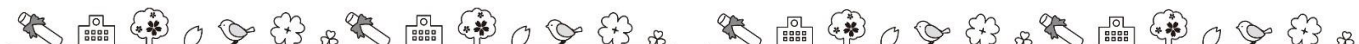
令和7年2月28日
中央小学校 保健室



3月の保健目標
耳の大切さを知ろう
健康生活の反省をしよう

早いもので、今年度も残りわずかになりました。3月は節目の月です。6年生は卒業式を、1年生から5年生は進級を目の前に控えています。

保健室から見た風っ子は、昨年度よりも、けが・体調不良で来室する人数や、欠席する人数が減りました。また、自分で傷口を洗ってくる人も増えました。「自分の健康を自分でつくれる」風っ子が増えて嬉しいです。3月も、自分の体に耳を傾けながら、元気に過ごしましょう。

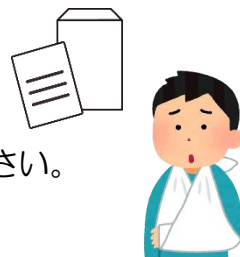


<保護者の方へ>

●日本スポーツ振興センター関係書類について

学校管理下の災害において病院を受診した際、日本スポーツ振興センター関係書類を配付いたしました。

診療を受けた月から2年を経過すると、申請ができませんのでご注意ください。
治療が継続している場合は、こまめに用紙の提出をお願いいたします。



●健康診断後に配付した、治療証明書について

治療が完了し、治療証明書がお手元にある場合は、学校へご提出ください。

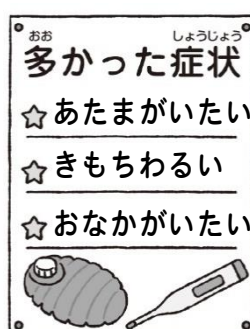
また、未受診の場合は、元気な状態で新年度の学校生活をスタートできるように、早めの受診をお願いいたします。

春休み中に治療しておこう



ほけんしつ わんかん 保健室の1年間

※2月末までの結果です



ほけんしつ き ひと 保健室に来た人

多かった月…5月



少なかった月…2月



けがをした時、自分でできるようになったこと

すりむいたら、すぐに水道で洗い流す
＜ポイント＞

たっぷりの水を当て、自分の手や指を使い、
見えるよごれがなくなるまで**5分以上**洗おう



3月の
保健目標

みみ たいせつ し けんこうせいかつ はんせい
耳の大切さを知ろう／健康生活の反省をしよう



① 耳の役割は、「音を聞く」ともう1つは？

A: 体のバランスを保つ B: 体を温める



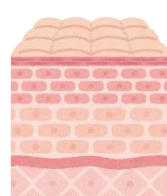
② 正しい耳掃除の方法は？

A: 耳かきを奥まで突っ込む B: 入り口辺りを優しくこする



③ 耳垢は何？

A: 古くなった皮膚 B: 古くなった脳みそ



④ 耳を休ませる方法は？

A: 音を聞かない時間を作る B: 大きい音で音楽を聞く

★答えは、担任の先生が知っています♪ よい耳で聞いてみてくださいね♪

1年間の生活を振り返ろう ～できたかな？～



はやね はやお
早寝・早起き
たっぷり眠る



バランスよく
3食食べる



こまめな
うがい・手洗い



まいにち
毎日の
適度な運動



ともだち おも
友達を思いやり
協力する