

3がっ ほけんだより

平成30年3月15日
大内西小学校

3月になり、少しずつ寒さもやわらいできました。平成29年度も3月で最後、6年生は卒業をむかえますね。この時期は、「三寒四温」といって、寒い日とあたたかい日が3から4日ごとにくりかえします。体調をくずさないように気をつけて、1年のしめくくりの月を元気に過ごしましょう。



3月のほけん行事予定

- 1日(木) 安全点検
- 5日(月) ~ 9日(金) 特別清掃週間
- 3日(土) 耳の日
- 9日(金) ワックスぬり

4月~2月

今年度の保健室利用状況

保健室に来た人
1412人

体調が悪くて来た人
154人

一番多い症状
▶ 頭痛

けがをして来た人
398人

一番多いけが
▶ すり傷

1番利用が多かった月
5月

1番利用が多かった曜日
火曜日

保健室のルールを守って利用することができました。上級生がけがをしたかきゅうせいで下級生を連れてきてくれることもあり、とても助かりました。来年度も、保健室のルールを守って利用しましょう。



1年間をふりかえって、できたことに□をつけましょう!

□友だちとなかよくできた

□手洗い・うがいができた

できなかったことは、来年度できるようにがんばろう!

□早ね・早おきができた

□よく外で遊んだ

□ごはんをのこさず食べた





3月3日は耳の日です

みみ ちか おお おと だ
 耳の近くで大きな音を出さない。



おお おと しんどう やぶ
 大きな音の振動で、こまきが破れることがあります。

みみ
 耳そうじは、ほどほどに。



みみ きす げんいん
 耳が傷つく原因になります。

みみ しぜん そと で みみ
 耳あかは自然に外に出るので、ひんぱんに耳そうじする必要はありません。

おお おと なが
 大きな音がするところで、長くすごさない。

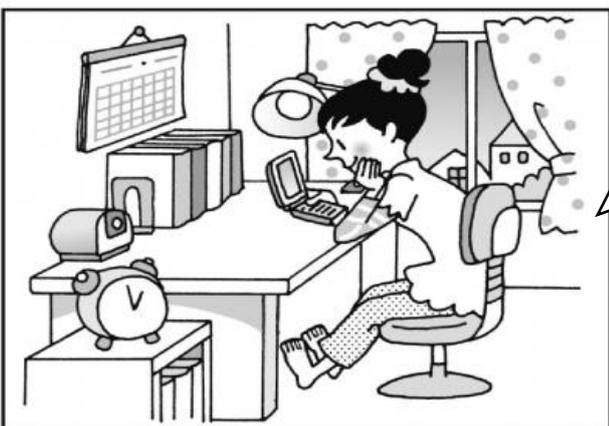


おと のう つた たいせつ やくわり さいぼう
 音を脳に伝えるのに大切な役割をしている細胞は、
 おお おと きす もと もと
 大きな音などで傷つくと、元に戻らなくなってしまいます。

まちがいさがしで

脳トレ かぜ予防

2つの絵をくらべると、下の絵にはかぜをひきやすいところが4つあります。すべてみつけてみましょう。



ほけんしつ
 保健室からの
 ねが
 お願い

かてい き
 ご家庭で着られなくなった120~160cm
 しふく うわぎ たいいくぎ
 の私服の上着やズボン、体育着がありましたら、
 じどう きが よう ほけんしつ きふ
 児童の着替え用として、保健室に寄付していただ
 けないでしょうか。

もし、ありましたら、お子様を通して、保健室
 ほろ ねが
 の方までよろしくお願いします。



☆まちがいさがしの答え☆

○携帯電話…
 ねる前に明
 るい光をみ
 ると、ねつ
 きが悪くな
 る。



○姿勢…
 悪いと
 血液の
 なが
 流れが
 悪くな
 り体が
 冷える。

○時計…ねる時間が遅い。

○足…くつ下をはいて寒さを防ごう。