

# きらきらひかる

栃木市立赤麻小学校

ほけんだより No.12

平成30年3月2日発行



3月になり寒さも和らぎ始め、春の気配が感じられるようになりました。3月は節目の季節です。一年を気持ちよく締めくくるためにも、元気な毎日を過ごしましょう。

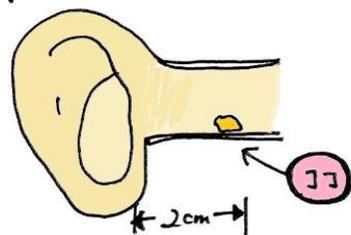
## 3月3日はみみの日です

耳あかって何だろう？



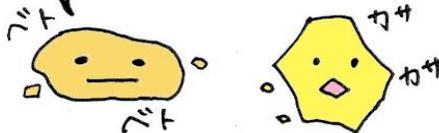
耳あかは、耳の中からでてきた分びつ物や、古くなった皮ふ、空気中のホコリがまざってできたものです。

耳あかをとるときは？



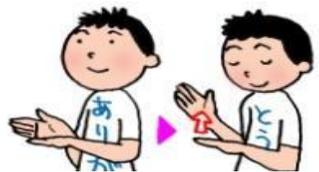
耳あかがたまるのは、耳の穴から約2センチメートル入ったあたりです。

耳あかの種類は？



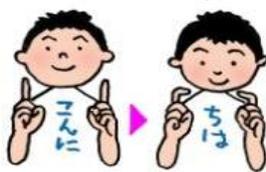
耳あかには、ベトベトしめった耳あかと、ワサワサした耳あかの2種類があります。日本人には、ワサワサした耳あかの人が多いと言われています。

ありがとう



右手を左手の甲に乗せた後上にあげる。

こんにちは



両手のひとさし指を向かい合わせ、曲げる。

やってみよう！

かんたんな  
手話

朝なかなか起きられない。もしかしたら**起立性調節障害**かも

朝なかなか起きられない、朝食を食べたがらない、昼になると元気になり、夜は絶好調になる、こんな人は周りから見ると「単なる夜更かしだ！」と思われるかも知れませんが、もしかしたら「起立性調節障害」という病気かもしれません。小学生の5%、中学生の10%がかかると言われており、立つときに、体や脳への血流が低くなることで様々な症状が出る病気です。しかし、病気の認知度の低さ（医療従事者でもこの病気について正しく理解しておらず、診断されないことがあるそうです）や、現れる症状の様子から、「ただのなまけである」と誤解されている子が多いそうです。周囲に理解されずに、悩み、不登校になるケースもあるので、身近な大人が気付いてあげることが大切です。



## 数字で見る1年間のけんこう

2月26日現在



ケガで  
保健室にきた人  
**652人**

ケガが多かった月



**6月** 101人



病気で  
保健室にきた人  
**378人**

おおかったケガランキング

1位 だぼく（ぶつけた）

2位 すりませ

ちこく・早退・欠席が  
ゼロの人

**22人**



ちりょうが済んだ人

歯

視力

**52.4%**

**54.8%**



早く病院に行きましょう!!!