

ほけんだより



西方小学校保健室

3月3日発行

3月の保健目標

耳を大切にしよう・健康な生活の反省をしよう

寒さも和らぎ、少しずつ春の気配を感じられるようになりました。6年生は卒業、1～5年生は進級が近づいています。いつもとは違った1年でしたが、みなさん心も体も大きく成長したことと思います。残りの一日一日を大切に過ごし、元気に新年度を迎えましょう。



ふりかえろう1年間の健康

チェックしてね

<p>はやね・はやあき できた</p>	<p>はみがきを きちんとした</p>	<p>大きな病気や けがをしなかった</p>	<p>うんちは毎日 出た</p>
<p>おききらいなく なんでも食べた</p>	<p>外から帰ったら 手洗い・ うがいをした</p>	<p>からだをよく 動かした</p>	<p>毎日を楽しく 健康にすごせた</p>

今年度1年間の自分の健康について振り返ってみましょう。たくさん✓がつけられた人は来年度も続けられるといいですね。✓が少なかった人は、来年度さらに気を付けた生活を送るようにしましょう。

保健室から一年を振り返って (4/8～2/26まで)

けがをした人
615人

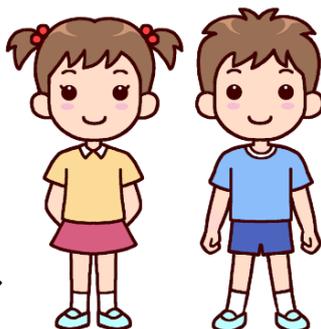
保健室に来た人
879人

一番多かったけが
すり傷

真合が悪くなった人
249人

保健室に来た人が
多かった曜日
水曜日

欠席の多かった月
12月





けんこうしんだんじゅしんかんりょうりつ 健康診断受診完了率



1学期に行った健康診断の結果、医療機関への受診が必要な方へお知らせをしました。現在の受診完了率を検査項目ごとに表にしてみました。

	受診勧告者数	受診人数	受診完了率
視力検査	37人	26人	70.3%
眼科検診	3人	2人	66.7%
耳鼻科検診	25人	18人	72.0%
歯科検診	101人	53人	52.5%
内科検診	14人	9人	64.3%

全ての検診で半数以上の人が医療機関を受診してくれました。学校の健康診断は、健康な学校生活を送るために体に異常がないか検査するためのものです。まだ受診できていない人も、今からでも受診できるといいですね。

3月3日は
耳の日

みみ 耳クイズ 6 いくつか分かるかな？

① 耳の役割は、「音をきく」ことと
もうひとつは何かな？

② 「耳あか」って、何？

A: 体のかざり B: 体のバランスをとる
耳の中にある、かたつむりのような形
の器官では、体の回転や傾きを
感じることができます。



日：≧

A: 古くなった皮ふ B: 古くなった脳
耳の中は、常に新しい皮ふに入れ替わっていま
す。いらなくなった古い皮ふは、耳の入り口に
運ばれます。

日：≧

③ 耳には音をキャッチする「まく」
があります。名前は何か？

④ 耳を休ませるのはどっち？

A: ちようまく B: こまく
空気がふるえて耳に入ると、「こまく」をふる
わせます。そのふるえがどんどん内側に進んで、
脳に信号が送られると、「音がきこえた」と
感じます。

日：≧

A: 耳かきをする B: 静かな場所でゆっくりする
耳は、大きい音で音楽をきき続けたり、
うるさい場所に長時間いたりすると
つかれてしまいます。たまには静か
な場所で休ませてあげてくださいね。



日：≧