



# 3月ほけんだより

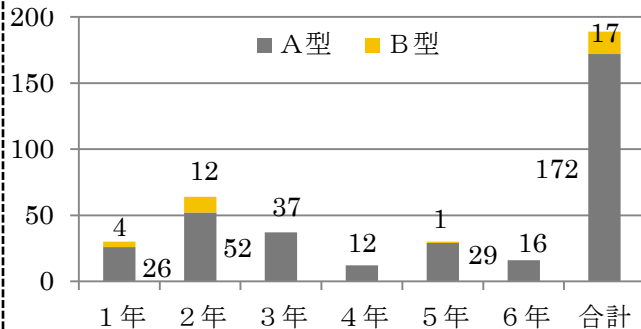
平成25年3月号 名和小学校 保健室

★1年間の生活を  
ふりかえろう！

3月になり、いよいよ6年生は卒業式の練習を始めます。1年間のしめくりができるよう、おうちで話しあいましょう。名和小でインフルエンザA型に172人が、かかりました。2月22日(金)には0人になっていたのが、週明けの26日にインフルエンザB型が低学年で12人となりまだ、終息していません。引き続き、手洗い・うがいなどの予防をしましょう。

## ★名和小インフルエンザ「罹患者」

人数(のべ) 3月4日現在・合計184人



## ★みんなとなかよく、元気にすごせましたか？



- ・はやおき・あさごはん・はみがき
- ・てあらい・うがい・きゅうしょく
- ・べんきょう・そとあそび・しゅくだい
- ・あいさつ・あしたのじゅんび・はやね



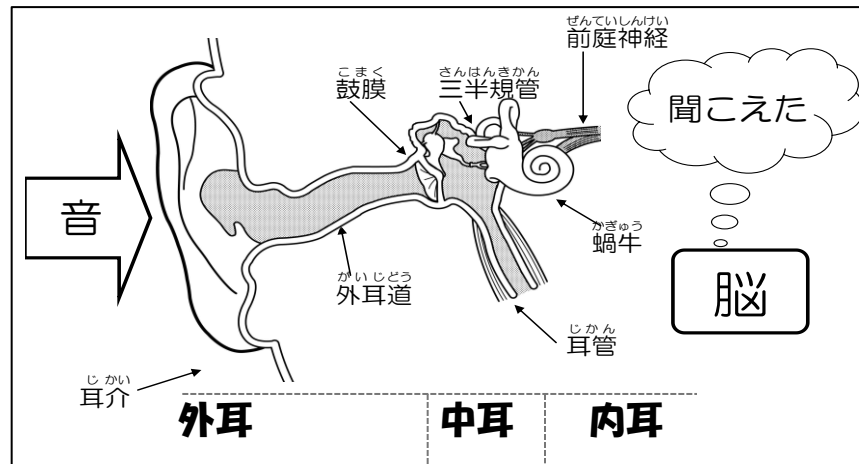
- ・がっこうはたのしかったですか？
- ・けんかはしなかった？
- ・けがやびょうきはしませんでしたか？

★おうちに人と一緒にふりかえって、話しあってみましょう！

## 3月3日は「耳の日」

### ◆音のきこえるしくみ

耳からはいった音は鼓膜をふるわせます。そのふるえが電気信号に変えられ、耳の神経を通じて脳に伝わって・・・「聞こえた！」となります



### ◆耳のはたらき

- ・音をきくはたらき(2つあるのは音の方向をしるため)
- ・からだのバランスをとるはたらき(平行感覚)



### ◆耳をたいせつに！

- ・耳と鼻はつながっているよ。
- ・耳の近くで大声をださない！



- ・鼻をかむときは、かたほうずつゆっくりかむ
- ・耳そうじは自分でしない！！
- ・ヘッドホンやイヤホンで大きな音を長い時間きかない(きこえが悪くなることもある)

- ・耳をたたいてはいけません(きこえなくなるとたいへん！！)



### ◆耳が痛い！

- ・中耳炎など耳の病気は、痛みがとつぜんおこり夜ねられないくらい痛むことがあります。がまんしないで、耳鼻咽喉科を受診しましょう

### ◆耳鼻科健診で・・・！

- ・耳・のどの病気があって、まだ受診していない人はひどくならないうちに受診しましょう。

### ◆3月3日は「ひなまつり」♪♪～♪♪♪

★祝卒業！ 6年生は卒業前に、身長・体重をはかり、1～6年の成長の記録を作成プレゼントします アルバムにはり、思い出の1ページになればうれしいです。