

ほっけんだより 3月号



2021. 3. 1 立花中学校保健室

この1年を振り返って…



病気で
の来室は
732件

体調不良で多いのは
頭痛

春の長期休校明けや真夏のマスクと例年にはない状況だったので、7月には多くの方が体調を崩したようです。でも熱中症による救急搬送者は0人でした！素晴らしい！



体調不良が多い曜日は
火曜日

体調不良が多い月は
7月



土日を前に集中力がなくなるのでしょうか、金曜日にけが人が多かったです。また体育大会があった10月にけがが多く発生しました。

けがでの来室は
234件

多かったけがは
擦り傷

けがが多い曜日は
金曜日

けがが多い月は
10月

1日平均5~6人の人が保健室へやってきます。多いかな？少ないかな？

3月3日は耳の日

3月3日は耳の日です！！耳の奥には、音を聞く器官や身体の傾きを感じる器官など、生きていく上で大切な器官がたくさんあります。大切な耳を守るためにも、耳の症状に耳を傾けてみましょう！！

こんな症状はありませんか？			こんな行動が原因かも!?	
<p>耳が痛い</p>	<p>耳の中がかゆい</p>	<p>ジクジクしている</p>	<p>●耳をよくさわる。</p>	<p>●耳の近くを打った。</p>
<p>聞こえにくい</p>	<p>耳鳴りがひどい</p>	<p>耳がつまっている感じ</p>	<p>●大きな音を聞いた。</p>	<p>●イヤフォンをつけたまま寝た。</p>
<p>⚠ 耳の中が炎症を起こしていたり、中耳炎や難聴など、耳の病気の可能性があります。</p>			<p>症状が続くときは、耳鼻科へ。</p>	

「耳あか」って何？

外耳道の皮膚がはがれたものや、ホコリが固まったもの。耳あかには2つのタイプがあり、どちらになるかは遺伝によって決まります。

- 乾いた耳あか（こな耳）
- 湿った耳あか（あめ耳）



赤ちゃん・〇×クイズ



佐々木のお腹の中に赤ちゃんがいます。妊娠してから知った赤ちゃんのいろいろを毎度おなじみ〇×クイズにしてみました。みんなは何問正解できますか??

Q1: 生まれる時の重さは1kg(500mlのペットボトル2本分)ぐらいである。〇か×か。

Q2: 赤ちゃんはお腹の中でしゃっくりをすることがある。〇か×か。

Q3: 赤ちゃんは羊水(お腹の中の水)を飲んで呼吸や排泄の練習をしている。〇か×か。

Q4: 赤ちゃんの耳は生まれてから発達するのでみんなの声は聞こえていない。〇か×か。

A1: × 個人差はありますが3kg前後(500mlのペットボトル6本分)で生まれてきます。

(パンダは150g、カンガルーは1gの赤ちゃんを産むのに…人間のお母さんすごすぎ)

A2: ○ 赤ちゃんがしゃっくりをすると、私のお腹もぴくぴくっとします。おもしろいね。

A3: ○ のんびり寝てるのかと思ったら、お腹の外にでる準備をしているそうです! 真面目!

A4: × 妊娠7ヶ月からお腹の外の音も聞こえるようです。お上品な言葉遣いをお願いします。



3月9日からお休みにはいります



4月からコロナコロナで大忙しだった令和2年度。もっと楽しい保健室、もっと楽しいほけんだよりにしたかったのですが、コロナに関するお願いばかりになってしまったね。

こんなコロナ禍ですが、新しい命を授かることができ、3月9日より赤ちゃんを生むためのお休みに入らせてもらいます。気付いてくれた人はお腹をなでてくれたり、名前を考えたりしてくれてとっても嬉しかったよ^^

【今のところの名前候補】

「ぼむ」…N井先生案。このままではイニシャルがP、Sになってしまう。

「あおい」…3年生が「5月生まれの私と同じ名前をつけたいです!」と推してくれました。

「ゆい」「あやな」「ようこ」「ポケモンの名前が良い」等…2年生の男子達。リアルなものからファンタジーまで。私の旦那さんより真剣に考えてくれる子もいてほっこりしました^^

人間の赤ちゃんは野生の動物とちがって、生まれてすぐ自分で歩いたりお乳をのみにいたりできません。「誰かが」お世話をしてくれたから、今の自分がいます。(赤ちゃんを育てるってめっちゃしんどい!!お父さんだけ、お母さんだけで育ててくれた場合や、おじいちゃんやおばあちゃんや親戚の方が育ててくれた場合はもっともっとすごいよね。)家族で過ごす時間がとっても長かったこの1年。お家の方と一緒にいすぎて、「うっとおしい」と感じることもあるかもしれないけれど、誰かに愛されて、誰かに大事にされて大きくなったことを忘れないでいて欲しいなと思います。赤ちゃんが無事に生まれたら、立花中に遊びにくるので、声をかけてね。

