



ほけんだより 3月

Vol.10
曾谷小学校 保健室
(2023.3.1発行)



3月です。今年度ものりわずかですね。1年間ともにがんばってきたクラスとあと少しでお別れですね。1年前の4月をふり返ってみて、どうですか？ 体の成長は、もちろん、心も成長しているのを感じませんか？ 3月は今年度のまとめと新年度のじゅんぴをして、新しい学年をむかえられるようにしましょう！



保健室 1年間の記録

保健室来室者は
1427人
でした

一番多かったケガ
だぼく
(394人)

一番多かった症状
頭痛
(124人)

3月3日は耳の日

3月3日は耳の日です！
子どもは特に耳の病気に
かかりやすいので注意しましょう！

**耳に
よくない事**

- 先のとがったもの
糸いものを耳に
入れる
- 耳の近くをたたく
- 大きな音で音楽をきき続ける

お子さんの、こんな気になること ありませんか？

- 大きな音に驚かない
- 呼びかけても返事がなかったり、反応がにぶい
- 何度も聞き返す
- テレビの音を大きくする
- やたらと大きな声で話す (小さい声で話せない)
- 極端にか細い声で話す



耳が聞こえにくいサインかもしれません。

1年間の健康チェック

今年1年、がんばったことに印をつけよう！

- はやねはやおきをした
- いつも正しい姿勢ができた
- ごはんの後に歯みがきをした
- 手あらい・うがいをした
- 外で元気に遊んだ
- スキキライせず何でも食べた
- 毎日ハンカチとティッシュを持っていた

7つできた! **4~6つできた!**

すごい! **もう少し!**
その調子で できなかったことは、
健康習慣を続けよう 新しい学年の目標にしよう

1~3つできた! **どれもできなかった**

がんばって! **ざんねん!**
ほかの健康習慣も まずは、できそうなものから
取り入れてみよう 取り組んでみて