

おうちの方と一緒に読みましょう。



令和6年3月8日
佐賀市立北川副小学校
保健室

ほけんもくひょう
3月の保健目標

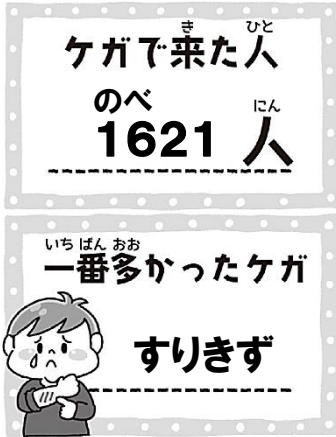
けんこう ねんかん かえ
健康について1年間をふり返ろう

学年のしめくくりの時期になりました。来月からは、また新たな1年が始まります。6年生は中学生に、1~5年生は1つ学年が上がり、新しい1年生も入ってきます。今の学級で過ごす時間も残りわずかです。友達や先生に、思いやりのある言葉や感謝の言葉を伝えられたらいいですね♪



ほけんしつ
保健室
ねんかん
1年間の記録

あなたは今年度、保健室に来たかな？
どのような理由で保健室に来たかな？

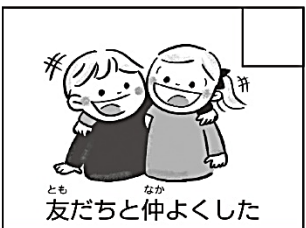
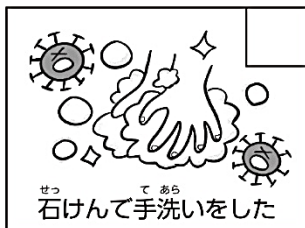
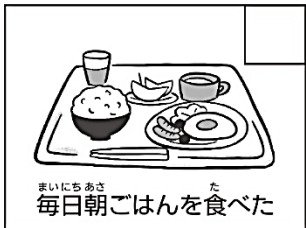


その他（着替え、悩み相談など）で来た人は、**480人** でした

保健室へ来たときは、「失礼します」「失礼しました/ありがとうございました」はもちろん、「いつ・どこで・何をしていた・どのようにケガをした/具合が悪くなった」と、自分の体について、上手に説明できる人が多かったです。自分のことを相手に伝える力が育っていますね。

1年をふり返ろう!

「できた!」と思うものに
○をつけてね



「これがんばったよ!」
「これはできなかったな...」

ぜひおうちの方と話してみてくださいね。
保健室の先生にも、教えてくれるとうれしいです。



ear 耳


耳がイヤなこと、していないかな？

耳うじを
たくさんする




イヤ

鼻を思いっきり
かむ



イヤ


イヤホンで、大きな音を
長い時間聴く



イヤ

どうしてイヤなの？

ほとんどの耳あかは自然に外に出ていくから、耳うじは2～3週間に1回で十分。耳かきは耳の中を傷つけてしまうことがあるから、綿棒で耳の入り口あたりをやさしくふき取るくらいに。



どうしてイヤなの？

鼻と耳は奥でつながっているから、左右の鼻を思いっきりかむと、細菌がたくさん入った鼻水が耳のほうに流れ込んでしまうことがあるよ。鼻をかむときは、片方ずつゆっくりかんでね。



どうしてイヤなの？

何度もくり返すと、耳の中の細胞が傷ついて聞こえにくくなる「イヤホン難聴」になるかも。音量は周りの人の声が聞こえるくらいにしよう。1時間聴いたら10分休む、1日1時間だけにするのも○。



子どもは言葉を「聞いて」覚える

小さな子どもは、周りの大人が話す言葉を聞いて真似をしながら、徐々に言葉を覚えていきます。また、音の刺激は、聴覚の発達自体にも影響が大きく、いろいろな音に触れられる環境づくりも大切です。



こうした音の経験をたくさんしていくためにも、子どもの難聴は早期発見が非常に重要です。

難聴は早期発見が鍵

難聴がある赤ちゃんは、約1,000人に1人も言われます。意外と多いと感じられる

のではないのでしょうか。また、新生児期以降に難聴が発生することもあります。呼びかけや音への反応が鈍いなど気になる様子を見つけたときは、迷わず耳鼻科を受診してください。



こんなときは

耳鼻科へ

- 耳が痛い
- 聞こえづらい
- 耳がつまった感じがする
- 耳鳴りがする
- 耳だれが出る



「あれ？ 変だな」と思ったら、早めに受診しましょう。

保護者様へ

4月から6月にかけて健康診断を行います。聴力検査は、1・2・3・5年生で実施します。聴力検査で聴こえにくさがみられた場合は、お知らせの文書をお渡しいたします。

