



嬉野市立轟小学校
令和2年2月28日

げんきっこ 3月



早いもので今年度最後のげんきっことになりました。明日からは3月になり、6年生は卒業まで残りわずかとなりました。嬉しかったことや悲しかったことなど様々な思い出があると思います。小学校での思い出を胸に4月からの新生活を元気に過ごしてほしいと思います。また、1～5年生は新しい学年になります。元気に新学期を迎えられるように生活リズムを整え、3月を健康に過ごすことができるよう努めましょう。

3月保健目標：健康生活の反省をしよう！

みなさん、1年間元気に過ごすことができましたでしょうか？3月は自分の健康の振り返りをしましょう。下の絵のできたものに☑をつけてみましょう。4月から元気に頑張ろう！

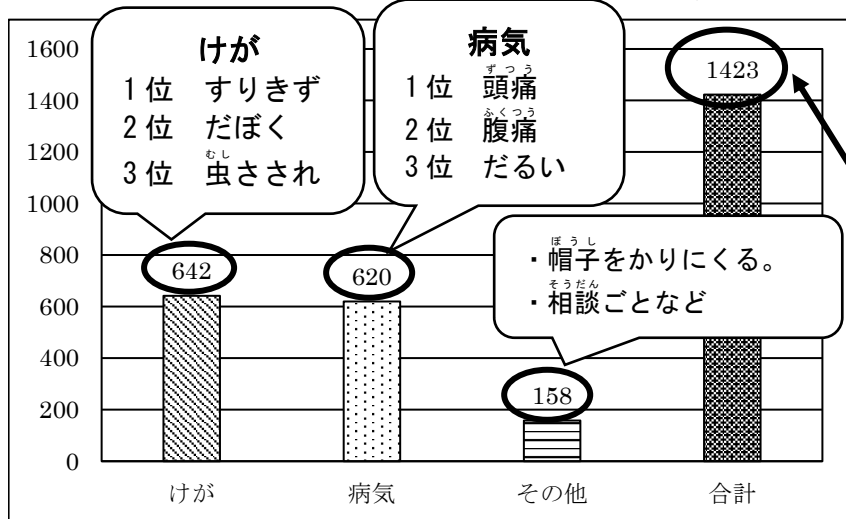
いちなんかん

1年間のけんこうチェック

<input type="checkbox"/> はやね、はやおき できた	<input type="checkbox"/> 元気からだを うごかした	<input type="checkbox"/> 外から帰ったら 手洗いうがいをした
<input type="checkbox"/> のごさずに、 すききらいなく ごはんを食べた	<input type="checkbox"/> 歯みがきを きちんとした	<input type="checkbox"/> うんちを毎日 出た
<input type="checkbox"/> 毎日楽しかった		

轟 1年間の保健室来室状況

(平成31年4月8日～令和2年2月28日まで)



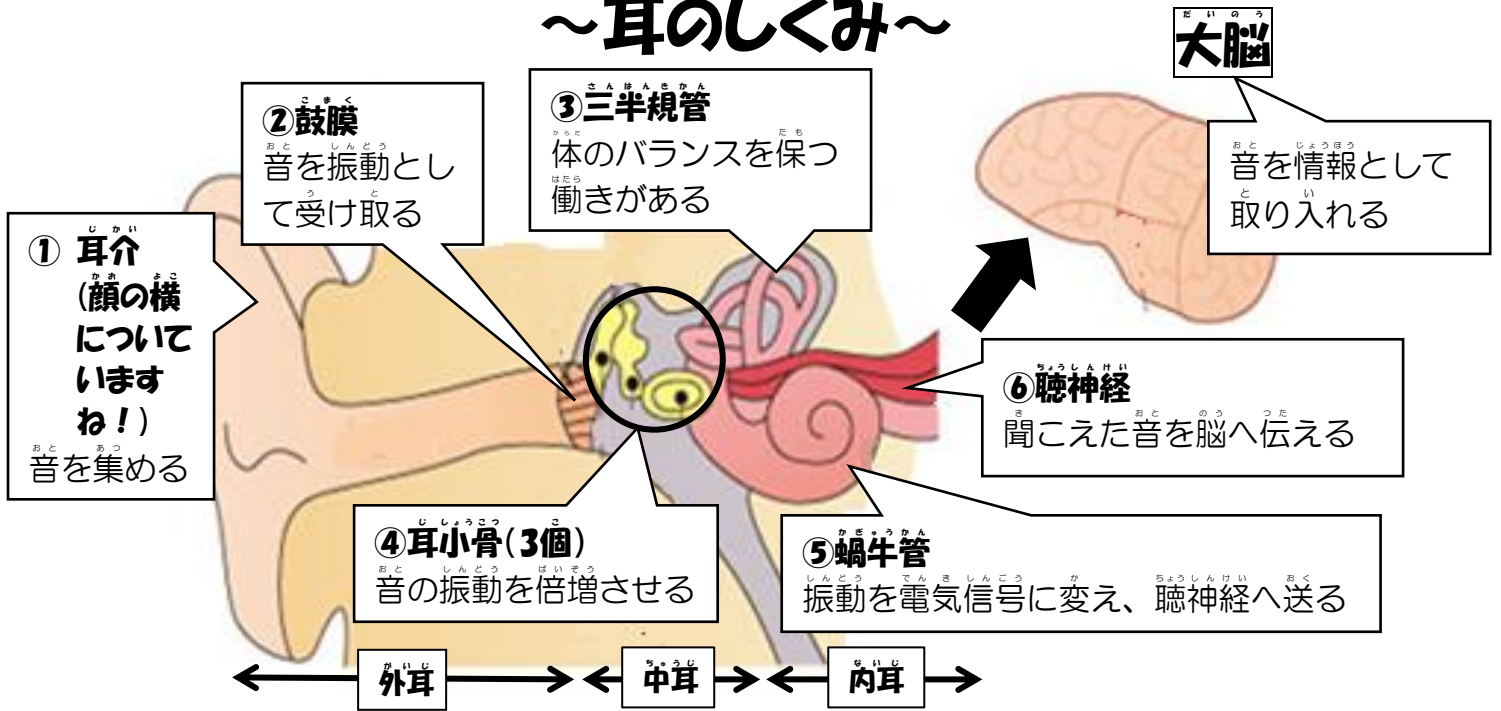
左のグラフは轟小学校の今年度1年間の保健室来室状況を表しています。今年度、保健室を利用した人数は1423人でした。1日平均にすると7.1人程度、保健室を利用していることがわかりました。できるだけ保健室を利用しなくてもいいように、体調管理やけがの予防に努めていきましょう。

3月3日は(耳の日)です。 耳の日

みなさんは耳を大切に付けていますか？

私たちは耳の外側は見えていますが、中身は見えません。耳の中のつくりは下の図のようになっています。

～耳のしくみ～



耳の中は、とても複雑なつくりをしていて、音を聞きとるための膜や骨などが存在しています。また、じつは、耳の中には液体も存在します。体が動くことによって、液体も動き、その動きに応じて、体が転ばないようにバランスを保とうとしています。



耳を大切にするためにこんなことに気をつけよう！



鼻を強くかみすぎないようにしよう！



鼻を強くかむと中耳炎になる可能性があります。優しく、片方ずつ、かむようにしましょう。

耳の近くで大きな声を出さない！



耳の近くで大きな音や声を出すと「こまく」が破けてしまう可能性があります。

☆☆☆ 新保健委員会です！ よろしくおねがいします！ ☆☆☆



委員長：岸川袖葉 (5-1)、副委員長：大嶋咲南 (5-1)、
書記：太田一心 (4-1)、委員：松岡優唯斗 (5-1)、
島田真音 (4-1)、中村結葵 (4-1)、小原万由子 (4-1)

2月から保健委員会のメンバーが新しくなりました！
轟小学校のみんなが元気に過ごせるように頑張ります！ よろしくおねがいします！

