

ほけんだより 3月

3月3日は
ひな祭り
令和6年 3月1日
若楠小学校 保健室

だんだん春らしく暖かい日もあるようになりましたね。天気の良い日は元気に友達と一緒に外で遊びましょう。気持ちのいい汗をかいておいしいごはんを食べて、お風呂に入ってください。スッキリ早寝・バッチリ早起き。新しい年度に向け、健康に過ごすための体の準備をしましょうね。



3月3日は耳の日

みみ 耳

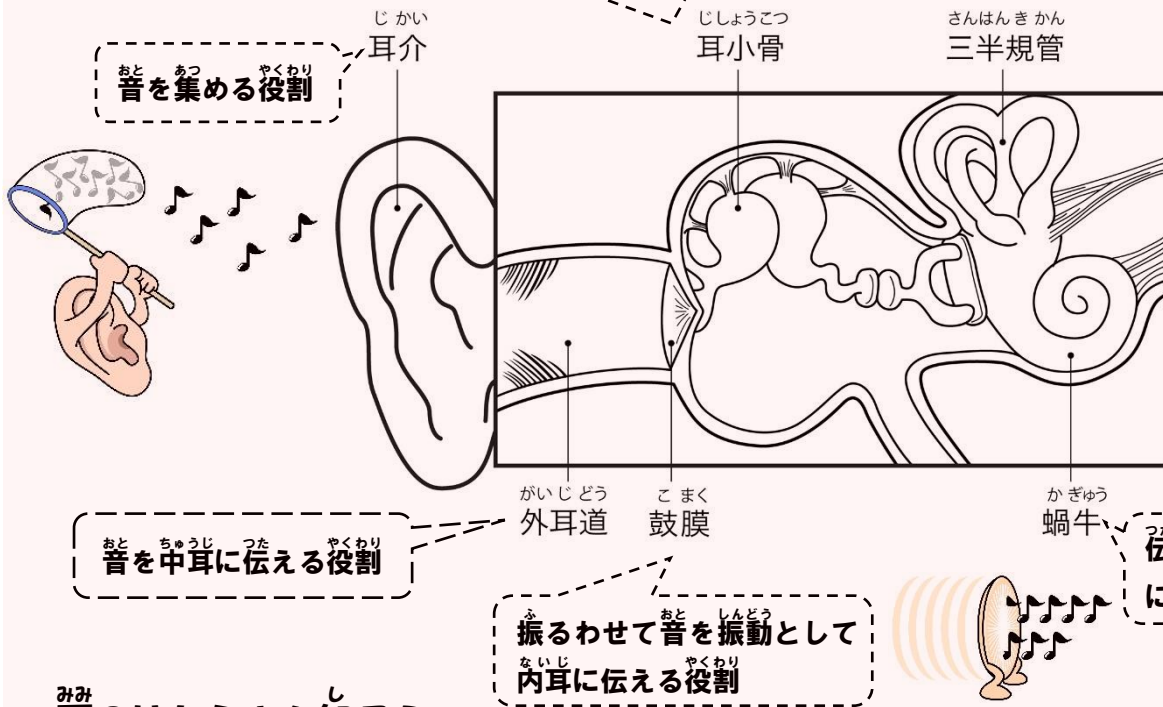
について知ろう!

耳が数字の3に見えますね!

みみ なか 耳の中をみてみよう

鼓膜から伝わった振動を約3倍にして内耳に伝える役割

回転運動を感じる役割



みみ 耳のはたらきを知ろう

- おとをきく はたらき
- かいてんかん 回転を感じる はたらき
- バランスを保つ はたらき
- かたむね 傾きを感じる はたらき
- おとがどこからきこえるのか知る はたらき



は おこな 歯みがきタイムを行っています！



わかすしょう 若楠小では、は「歯みがきソング」どうが動画で正しい歯みがきのしかたを見ながら、きゅうしょくご給食後にクラス一斉に歯

みがきをする時間じかんをもうけています。はじめ始めて5年ほど経ちましたが、かがみ鏡を使いながらしっかりと歯みが

きをしてきている児童じどうが多くいます。本校の歯みがきタイムでは、歯みがき粉は使用せず、**正しい歯**

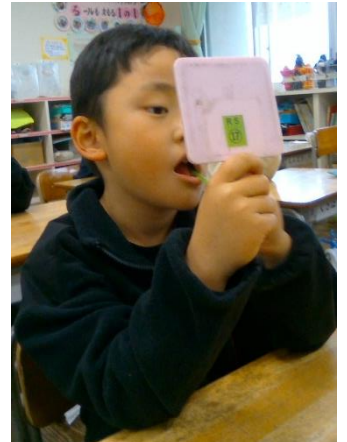
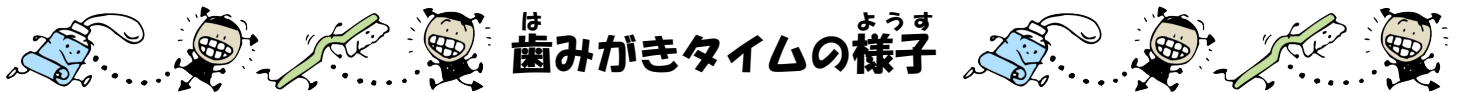
みがきをすると口の中がすっきりして気持ちいいと児童じどう自らが感じるようにしています。

歯みがき粉こなを用いた歯みがきはおうちでしっかりしてもらえたらと思います。今後も正しい歯みがきを

きゅうしょくご給食後に続けて、若楠わかすっ子全員が歯と口の健康のために、正しく歯みがきができるようになってくれれば

と思います。おうちでも、「歯みがきソング」を口ずさみながら歯みがきをしてきている児童じどうもいるかも

しれません。ぜひ、おうちの方もお子さまと一緒に正しい歯みがきをされてみてください。



きゅうしょくごこれから給食後の歯みがきをしっかりとしましょね！

今年度の保健室利用について

今年度もあと1か月ですね。1年間を通して、みなさんの心とからだの成長を保健室から見守っていました。2月までの保健室利用で、多かったけがや体調不良の内容を紹介します。自分で、予防できるけがや体調管理のしかたも気をつけて、次の学年の準備をしていきましょう。

令和5年度2月までの保健室利用者

保健室を利用した人

2554人



その内訳は...

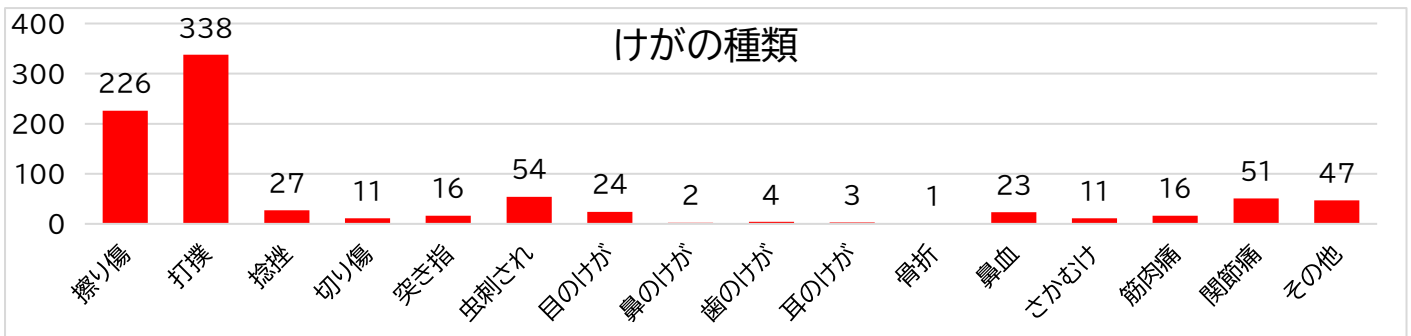
けが990人、病気673人、その他891人でした。

「その他」の項目は、保健室にきて、相談やお話をした人たちです。

くわしく内容を
みてみよう！

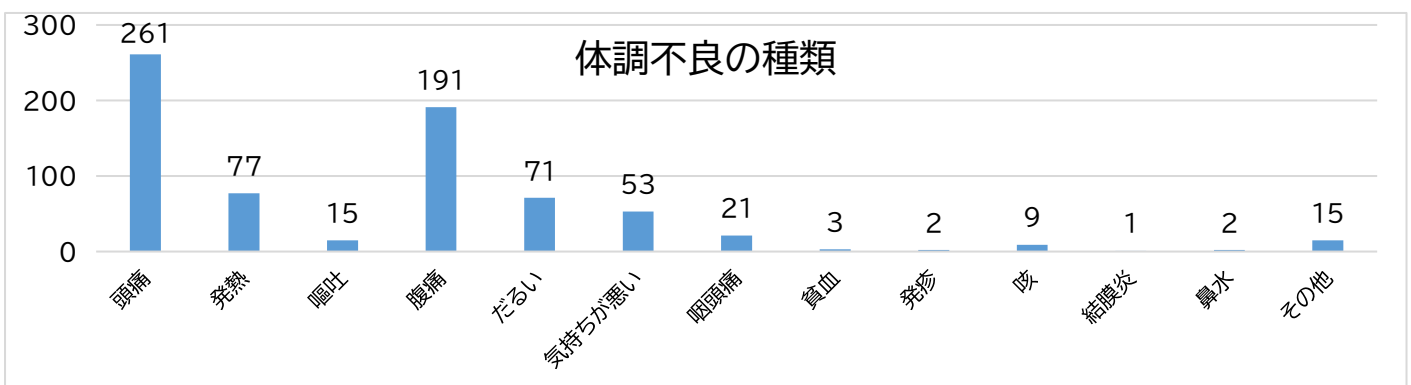


どんなけがが多かったの？



打撲338人、擦り傷226人の順に多かったことが分かりました。「校内を走っていてこけてしまった」、「周りを見ていなくて頭をぶつけてしまった」など落ち着いて生活していたら防げていたけがも多かったように感じました。

どんな体調不良が多かったの？



今年度は1月～2月にインフルエンザの大流行があったこともあり、発熱者が多くいました。頭痛261人、腹痛191人の順に多かったです。規則正しい生活を送ることや適度な運動を行うことなどで体調を整え、かぜをひきにくい丈夫な体をつくることも大切なことですね。

次の学年でも、心とからだの健康を大切にがんばりましょう！