



令和6年3月1日
蓮田市立黒浜西小学校
保健室

少しずつ暖かくなり、たんぽぽや菜の花やが咲き始めるなど、春らしさを感じられる時期がやってきました。植物の開花に触れ、季節を感じることで、心が癒されリフレッシュできます。今年度も残りあとひと月。たくさんきれいな花が咲く春を楽しみつつ、4月から始まる新しい生活の準備を始めていきましょう。

こんげつ ほけんもくひょう みみ たいせつ
今月の保健目標：耳を大切にしよう

耳がイヤなこと、していないかな？

みみ 耳そうじを
たくさんする
イヤ

はな おも 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？



どうしてイヤなの？



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きます。やりすぎは、逆に耳の中を傷つけてしまうので気を付けて！

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方に流れてしまうことも！

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。音は小さくして、時間を決めて使おう！

ほけんしつらいしつじょうきょう 保健室来室状況(4/10~2/22)



Good! 去年の同じ時期と比べて、けがや病気で来た人が大きく減りました。(去年1909人) みなさんが「安全な生活を送ろう」と心がけて行動した結果ですね！

Good! 保健室の約束「すり傷やきり傷のとき、水で洗ってからくる」が、しっかりできるようになりました！今では、「水で洗うんだよ」と友達にも声をかけてくれるようになり、とても助かっています。

X 首から上のけがが多かったです。(107人)そのほとんどが、周りを見ていなかったり、慌てていたりした結果のけがでした。ちょっとした油断が、大きなけがにつながります。一人一人が気をつけていきましょう。

第70回 埼玉県歯科保健コンクール埼玉北部地区 優良校受賞

皆さんの「歯を大切にしよう！」という気持ちと行動が今回の受賞につながりました。来年度も続けていきましょうね！

おうちの方へ

*お手元にスポーツ振興センターへの申請書類がある場合は、年度内でのご提出をお願いいたします。特に6年生で治療が継続中の場合は、中学校への申し送りが必要になります。該当される方は保健室までご連絡ください。

*今年度も、けがや病気及び感染症への丁寧なご対応、誠にありがとうございました。心より感謝申し上げます。