



令和7年3月3日  
蓮田市立黒浜西小学校  
保健室

今年度も残りあと一か月、たくさんの思い出が詰まった教室や友達と過ごせるのもあと少しとなりました。3月9日はサンキューの日です。お世話になった人、お世話になった物に、「ありがとう」の気持ちを伝えていきましょう。

今月の保健目標

耳を大切にしよう

今月の保健行事

3月4日(火)13:35～ 薬物乱用防止教室(6年生)

# やりすぎ注意! 耳そうじ

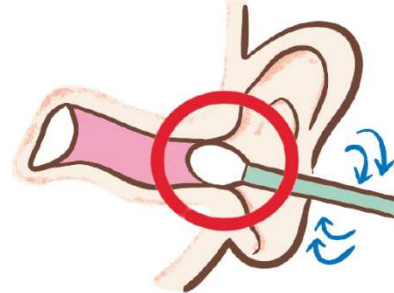
あかには、殺菌効果や虫やほこりなどの侵入を防ぐといった大切な役割があります。耳あかは自然と耳の外に出ていくので基本的に耳そうじはやらなくても大丈夫。逆にやりすぎること、耳の中を傷つけたり、耳あかを奥に押しやって耳が詰まる原因にもなります。

## 理想的な耳そうじの仕方

2、3週間に1回くらい

座っている

入口のあたりを優しくこする



気になる時は、耳鼻科に行ってお医者さんに診てもらいましょう。

## 保健室来室状況(4/8~2/21)



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1096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! 「廊下・階段・昇降口」でのけがが減りました! 特に階段での事故は大けがにつながります。これからは、「廊下や階段は歩く」をしっかり守り、「事故ゼロ」を目指しましょう。

✖️ 首から上のけがが多かったです。(91人)特に今年度は頭と歯のけがが目立ちました。転んだ時に受け身がとれない、手が出ないという理由がほとんどでした。これは、毎日の外遊びで減らすことができます。休み時間は外に出て思いきり体を動かして、体の柔軟性を高めてくださいね。

## 第71回 埼玉県歯科保健コンクール埼玉北部地区 優良校受賞

昨年度に引き続き、今年も受賞することができました。まだ治療していない人は春休み中に治してしまいましょう。

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。