

ほけんだより

ねんかん
1年間のまとめの時期がやってきました。

がつごう
3月号
じゅうしやませいぶしょうがっこう ほけんしつ
十四山西部小学校 保健室
2. 25

はや こんねんど のこ あと げつ
早いもので、今年度も残すところ後1か月となりました。

ねんせい そつぎょう げんき
6年生のみなさん、もうすぐ卒業ですね。いつも元気な6年生ですから、きっとすてきな中学生となることでしょう。また、1年生から5年生のみなさんは、4月から1年

しんきゅう ねんかん はんせい がつ
進級しますね。1年間の反省をきちんとし、4月から

あたらし ぎ
の新しいスタートを切りましょう。

はる
さあ、春がすぐそこまで来ています。

げんき がんば
みんな、元気に頑張りましょう。



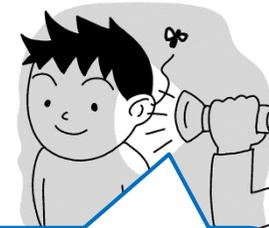
ほけんもくひょう
保健目標
みみ たいせつ
耳を大切にしよう

あんぜんもくひょう
安全目標
あんぜん せいかつ はんせい
安全な生活の反省をしよう



＜今月の保健行事＞

- | | | | |
|-------|--------------|------------------|------|
| 3 / 2 | げつ がつ
(月) | はついくそくてい
発育測定 | 5・6年 |
| 3 / 3 | か び
(火) | みみ ひ
耳の日 | |
| 3 / 4 | すい
(水) | はついくそくてい
発育測定 | 1・3年 |



みみ なか むし はい
耳の中に虫が入ったときは、

みみ なか ひかり あ
耳の中に光を当ててみると、

むし で
虫が出てくる可能性があります。

みみ たいせつ きかん みみ たいせつ **耳はとても大切な器官です。耳を大切にしましょう。**

みみ たいせつ はたら
耳は大切な2つの働きがあります。



ねん ねんかん かえ **どんな1年だったでしょう？1年をふり返りましょう！**

げんき
元気にあいさつ

はやねはやお
早寝早起き

とも なか
友だちと仲よし

まいにちあさ
毎日朝ごはん

しよくごは
食後の歯みがき

てあら
手洗い・うがい

1年をふり返って

できた！と思うことに
☑を入れてみよう！

ほけんしつ りょう ひと
けがで保健室を利用した人
・・・498人

1日あたり3.0人

びょうき ほけんしつ りょう ひと
病気で保健室を利用した人
・・・137人

1日あたり0.7人

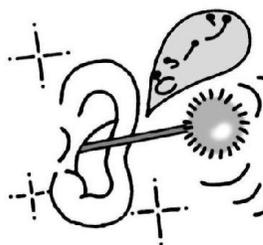
がついつか がつ ち
(4月5日～2月21日)

びょうき すぐ
けがや病気が少ない

げんき ねん
とても元気な1年でしたわ。



みみ **耳あかをとろう**



1～2週間に1度はきれいに、きずをつけないように、そーつととる

はなみず かつほう **鼻水は片方ずつかむ**



みみ
目がつんとしないよ

はな おお ぐお **耳もとで大声を出さない**



こまぐがやぶれることも
あります

ヘッドホン **をしたまま寝ない**



ヘッドホンを大音量で聴くのは聴力低下の原因にも
なります

かのう
きずが化膿すると、

がいじえん
外耳炎になることがあります。

おお おと ちょうじかんき
大きな音で長時間聴くことで、

なんぢょう
ヘッドホン難聴という症状になることが
あります。気を付けましょう。