

# 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 き  
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。



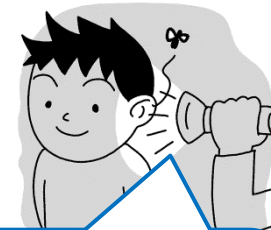
ほけんもくひょう  
**保健目標**  
みみ たいせつ  
**耳を大切にしよう**

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<br>(月) | はついくそくてい<br>発育測定 | 5・6年 |
| 3 / 3 | か がつ<br>(火)  | みみ ひ<br>耳の日      |      |
| 3 / 4 | すい がつ<br>(水) | はついくそくてい<br>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。**

おと き  
**音を聞く**



たも  
**バランスを保つ**



## ねん ねんかん かせ 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

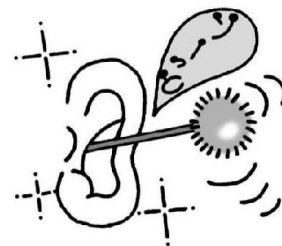
がついつか がつ ち  
(4月5日～2月21日)

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 耳あがをとろう



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。