

ほけんだより 3月号

令和4年3月3日
吉川市立美南小学校
ほけんしつ



3月3日は



イヤホン・ヘッドホン音が大きすぎると…

耳が聞こえにくくなる!



大きな音で長い時間、イヤホン・ヘッドホンを使い続けていると、耳の中の音を伝える役割をしている細胞が疲れてしまい、耳が聞こえにくくなる場合があります。

イヤホンやヘッドホンの使用には注意!

みなさんはゲームをする時や動画を見る時、ヘッドホンやイヤホンを使用することはありますか? 耳は音を聞くことはもちろん、体のバランスを保つなど大切な役割があります。

【使うときに気をつけること】

- ① 音量を下げたり、休憩をはさむようにする。(20~30分に一回は耳を休める)
- ② 一日の使用時間を短くする。

まだ使用していない人も、使用するときは気をつけましょう。

保護者の方へ

一年間、学校保健活動、感染防止対策へのご協力ありがとうございました。3月に入りましたが、オミクロン株の猛威は続いています。オミクロン株は、のどの痛みや頭痛から始まり数時間後に発熱する、子供は一晩で熱が下がることが多いという特徴もあります。また、現在も家庭内感染が多くなっています。ご家庭でも朝の健康観察など十分に行っていただき、普段との違いが見られる場合はご家庭で様子をご覧ください。残り一ヶ月となりましたが、感染防止対策のご理解ご協力をお願いいたします。

保健室では、体育着やうわばきを汚してしまった児童への貸し出しを行っています。小さくなったり、卒業して必要なくなる体操着やうわばきは、ぜひ、保健室へ寄付をお願いいたします。

いちねんかん 一年間を振り返ってみよう!

一年間、たくさん遊んでたくさん勉強して、こころとからだから成長したと思います。一年の健康を振り返るとともに、四月に向けて、むし歯など治療が必要なものは早めに済ませましょう。

こころとからだ
成長したかな?



いちねんかん 一年間の成長の記録(平均)

	男子	女子
1年生	117.1cm → 121.5cm	116.5cm → 121.1cm
2年生	123.0cm → 127.4cm	122.0cm → 126.3cm
3年生	128.5cm → 133.1cm	128.7cm → 133.5cm
4年生	135.0cm → 139.5cm	134.6cm → 139.9cm
5年生	140.2cm → 144.8cm	141.1cm → 146.5cm
6年生	145.4cm → 150.9cm	147.8cm → 151.7cm

いちねんかん 一年間のほけんしつ来室の記録

【けが】での来室

2584人
(のべ人数)

打撲と擦り傷が特に多かったです。



【病気】での来室

1452人
(のべ人数)

頭痛と腹痛が特に多かったです。



お知らせ

3月末に、保健書類を連絡用封筒に入れてご家庭にお返しいたします。保健調査票は次の学年の欄にご記入・押印いただき、緊急連絡カードは変更点を修正してください。春休み中にご記入いただき、新年度になりましたら、新しいクラスを記入してご提出をお願いいたします。