

ほけんだより 3月

れいわ ねん がつみっか
令和7年3月3日

ひがしのしょうがっこう
東野小学校

ほけんしつ
保健室

あと1か月で今年度がおわります。今年度はどんな1年でしたか？今年度をふりかえり、新しい学年がはじまる前にやりのこしたことがあればやっておきましょう。



3月3日は耳の日です。耳の日は、耳の聞こえにくさを持つ人、言葉に障害がある人のなやみを解決したいという思いから作られたそうです。この日を耳の使い方について考えるきっかけにして、ふだんから耳を大切にできるといいですね。

～耳を大切にしよう～

① はなをかむときは
かたほうずつやさしく



② 耳元で大声を出さない



③ 耳をたたかない



みみ へん
耳が変

こんなときは病院へ



き
聞こえにくい

みみ いた
耳が痛い

みみ な
耳鳴りがする

このような症状があるときは病気の可能性があります。早めに病院に行きましょう。



※4月～2月と中までの記録です。



ありがとうの 効果

「ありがとう」と口に出していますか。この言葉には言った人にとっても、言われた人にとっても、良い効果がたくさんあることがわかってきました。



<保護者の皆様へ>

1年間、学校保健活動へのご理解・ご協力ありがとうございました。特に生活がんばり週間や長期休み時の生活リズムチェックシート、また、今年初めての取り組みだったノーメディアデーと保護者の皆様の多大なるご協力を頂きました。保護者の皆様の感想から、子供たちの様子がよくわかりました。ご家庭での声掛けも非常に有難かったです。

今後とも、子供たちの心身の健康のためにもご協力のほどよろしくお願いいたします。