ほけんだより 3月

鉾田市立上島東小学校　保健室　〔第 １３ 号〕　２０１７年　３月号

今月の目標

【保健】
健康生活の反省をしよう

【安全】
安全生活の反省をしよう

春の訪れ

早いもので，今年度もあとわずかとなりました。２月に猛威をふるったインフルエンザも，３月に入り，だいぶ落ち着いてきました。卒業と進級に向け，まだ油断はできませんので，健康には十分気をつけて過ごしましょう！

かぜ・インフルエンザ予防のため，長期間「お茶うがい」にご協力いただき本当にありがとうございました。

３月の保健安全行事

６日（月）清潔検査・健康生活の反省（６年生）
７日（火）清潔検査・健康生活の反省（１～５年生）

※　健康手帳を持ち帰りますので「お家の人から一言」に記入していただき，すぐに学校へ戻してください。次の学年に持ち上がります。

耳の健康

３月３日「耳の日」

滲出性中耳炎に注意！！

滲出性中耳炎は，鼓膜の奥に液体がたまっておこります。
音が耳の奥へと伝わりにくいため，聞こえが悪くなりますので，早めの治療が大切です。

《聞こえにくいサイン》
- □呼びかけても気づかない
- □話し声が大きい
- □電話で話すのが苦手

➔ **気になる症状が続くときは早めに耳鼻科へ**

耳の働き

- ☑音を聞く
- ☑体の動きを察知してバランスをとる

鼻をかむときは・・・・

1年間の生活をふりかえって・・・

できていたら□にチェックを入れよう！

★　健康や安全に気をつけて生活することができましたか？　これから，心もからだも，さらにステップアップして成長していくことでしょう！
「自分の健康は自分で守る」ことを忘れずに・・・

花粉に負けない体をつくるために

◇春休みにすませておきましょう！

むし歯の治療や視力の検査，その他の病気などの治療が済んでいない人は，春休みの間に済ませておきましょう。また，新年度に向けて，食物アレルギーなど身体面で気になることがありましたら，保健室（養護教諭　安原）までお知らせください。