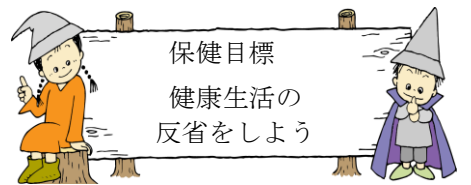


3月のほけんだより



保健目標
健康生活の
反省をしよう

2023(令和5)年3月 米須小学校保健室

3月21日はランドセルの日。3+2+1=6で「6年間ありがとう」という意味があるそうです。卒業を控えた6年生のカバンには、どんな思い出が詰まっていますか？

「卒業式は、もう少し先」のみなさん。「物を大切にできる人は、心も大切にできる人」だと思います。「少し乱暴に扱っていたな・・・」という人は、春休みの間にキレイに拭いてみるのはいかがでしょうか？



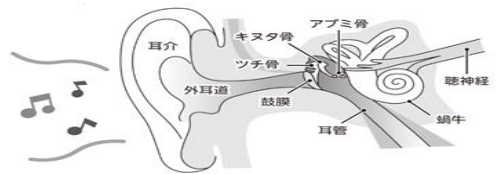
3月3日は



耳の日

みみを大切に
しよう

①耳はとっても働き者。
ラッパみたいになっているところ
で集められた
音は・・・



②めいろみたいな道を通して、
脳へ伝えられるよ。



③からだのバランスを
保つことも、
耳の役割。

④ブランコに乗ったり、鉄棒でまわつたりしても気持ち悪くならないのは、耳がバランスを保ってくれているからだよ。



⑤お母さんのお腹の中
のときから、夜眠っている間も
ずっと音を聞いている耳。
大切にしてほしいから
お願いがあります。



⑥耳そうじ、奥までつっこんだり
ツメで取るのはやめて。



音の通り道を傷つけてしまうかも
しれません。

⑦それから、大きな音にも注意だよ。
友達の耳元で大きな声を出すのは
絶対にダメ。



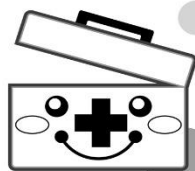
⑧イヤホンやヘッドホンで音楽を聞く人は、
まわりの声が聞こえるくらいの音量で、
長い時間使わないようにしましょう。

ハチに注意しよう

休みの日や休み時間にハチに刺されて保健室に



来る児童が増えています。ミツバチに刺されていると
思われますが、ミツバチでも刺されると腫れて痛くなって
しまいます。暖かくなってハチも少しずつ動き出してく
てきます。ハチを見かけたら近づかないように
気をつけましょう。もし、ハチに刺されたら
お家の人や先生に伝えるようにしましょう。



ハチに刺されたときの応急手当

①針が残っていないか確認する。

針があれば毛抜きでぬく。



②刺された場所の周囲を圧迫しながら
毒を出す。



③流水で洗う。

④冷やす。

⑤ショック症状がでないか様子を見る。



※腫れやかゆみがひどいときは病院へ