

ほけんだより 3月号

令和5年3月2日
北島北小保健室

暖かい日差しに春の訪れを感じるようになってきました。いよいよ、今の学年で過ごす最後の月となりました。みなさんにとってどのような1年でしたか？毎日マスクをつけたり、手洗いや換気などをしたりして感染症対策をよく頑張りましたね。

4月からは新しい学年がスタートします。気持ちよくスタートをきれるよう、けがや病気をしないよう気をつけて過ごしましょう。

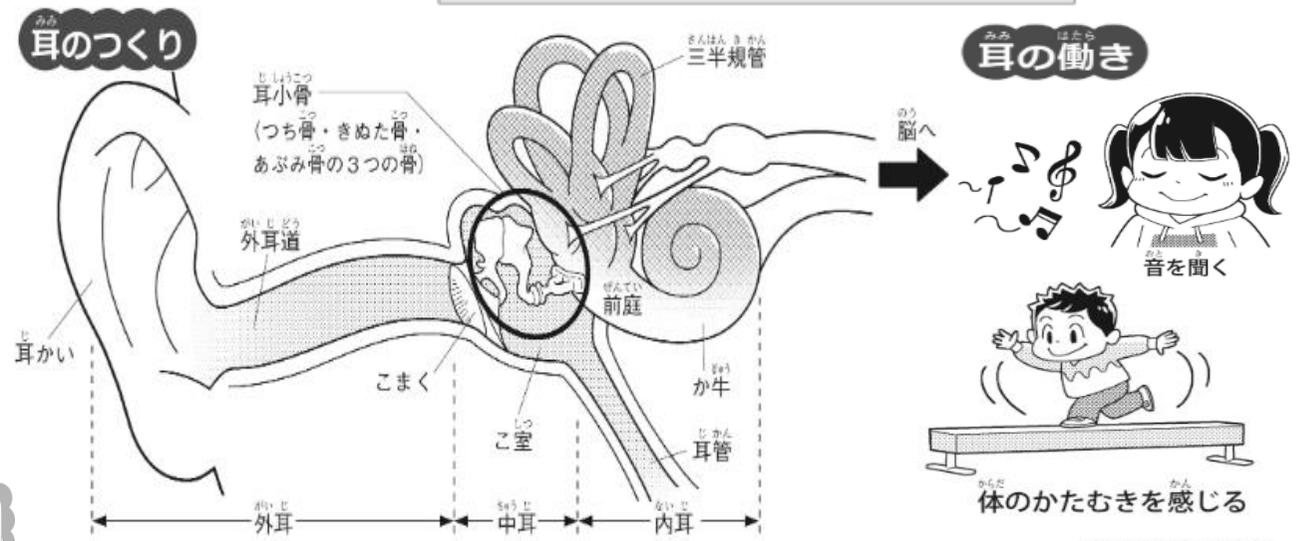
3月の保健目標

ねんかん けんこう
1年間の健康をふいかえろう！

せいかつ ふ かえ
生活を振り返って、チェック☑してみよう！

<input type="checkbox"/> 早ね・早起きができた 	<input type="checkbox"/> 毎日朝ごはんを食べた 	<input type="checkbox"/> 外遊びができた
<input type="checkbox"/> うがい手洗いができた 	<input type="checkbox"/> 大きなけがや病気をしなかった 	<input type="checkbox"/> 食後の歯みがきがしっかりできた
<input type="checkbox"/> あいさつができた 	<input type="checkbox"/> 毎日ハンカチとティッシュを持って行くことができた 	<input type="checkbox"/> いくつできたかな？

3月3日は「耳の日」です



中耳炎に注意

中耳炎には、耳管から細菌やウイルスがこ室に入り、痛みや熱が出る「急性中耳炎」と、ねんまくからにじみ出た液体がこ室にたまって聞こえが悪くなる「しん出性中耳炎」があります。

中耳炎にかからないために

- かぜをひかないように注意する
- 鼻を強くすすらない
- 鼻をかむときは、片方ずつそっとかむなど



今年度の保健室利用状況

利用件数 1218 件 	具合が悪くてきた人 268 人 一番多かった病気 頭痛 	けがの手当できた人 950 人 一番多かったけが すり傷
---------------------------	---	--

今年度4～2月までの保健室利用の状況です。
廊下の通り方や安全な遊び方など、けがをしないように気をつけましょう。

