



ほけんだより 3月号

令和8年3月2日 高原小学校 保健室

あつという間に今年度も終わりが近づいてきました。この1年間、保健室でみなさんの、泣いたり笑ったり・・・色々な顔を見ることができました。その1年も残りわずかです。まずは「1年間よくがんばったね」と自分をほめてあげてください。そして、新たな気持ちで新年度を迎えるために、心と体の準備をしましょう。

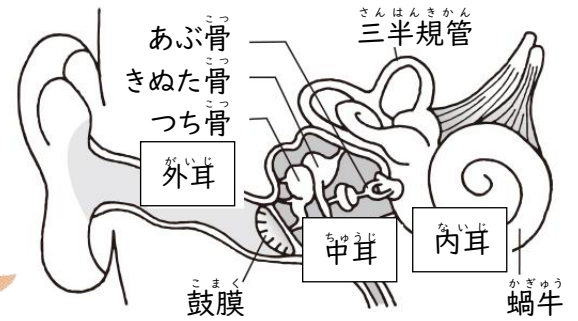
4月からの生活を振り返ってみよう



次の8項目のうち、いくつできているか、おうちの人と一緒にチェックしてみてください。できていたところはそのまま続けて、できていなかったところは来年度からできるように、今から挑戦していきましょう。



わたしたちの耳の中は、
こんなしくみになっているよ。



耳は3つの部屋に分かれています。

- ①音を集める外耳
- ②音のふるえを調節する中耳
- ③音を脳に伝える内耳

音の正体は、空気のゆれです。空気のゆれは、『鼓膜』をふるわせませす。ふるえは、『つち骨』『きぬた骨』『あぶみ骨』の小さな3つの骨を通して『蝸牛』に伝わります。『蝸牛』は、このふるえを電気信号に変えて脳へ伝えます。このようにして音が聞こえるのです。

また、耳には体のバランスをとる働きもあります。そのために『三半規管』は体の傾きや回転を感じ取っています。耳はとても大切な役割をしていますね！

★保健室の利用件数は、1025件でした。
(特に多かったのは、10月でした。)

★特に多かったけがは、すり傷、打撲でした。

★特に多かった病気は、気分が悪い、体がだるいでした。

けがをした人は、どうすればけがをしなかったか、考えてみよう！
病気にかかってしまった人は、来年度はかからないようにしっかり予防しよう！

2月27日
現在

保護者の方へ

1年間保健教育にご協力いただきありがとうございました。この1年、家族の皆様を支えられ、子どもたちは心も体も大きく成長しました。来年度も、子どもたちの健やかな成長のために、ご協力よろしくお願ひします。