

3月 ほけんだより

令和7年3月6日
中能登町立鹿西小学校
*おうちの人とよんでね

春に向かって暖かくなったり、寒くなったりする天気がつづきます。上手に衣服を着たり脱いだりして体温調節をしましょう。



か ふん
花粉

かんだん さ
寒暖差

かんそう
乾燥

春の5Kにご用心!

もしかして花粉症!?



耳鼻科を受診しよう

こう さ
黄砂

きょうふう
強風



3月3日は耳の日

耳の中の音の通り道を、たどってみよう

1 耳介

音は空気のふるえ。
このふるえを集めているよ。

こまかく鼓膜って
こんなところにあるんだね

3 鼓膜

空気のふるえを
耳小骨に伝えるんだ。

5 蝸牛

中にある液体をふるわせて、
電気の信号に変えるよ。

4 耳小骨

鼓膜のふるえを大きく
するよ。

2 外耳道

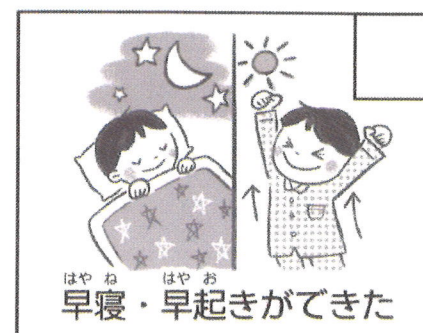
鼓膜に空気のふるえを
伝えるよ。

うの脳が音を
かん感じるよ。

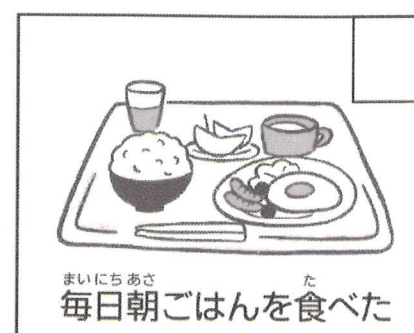
音は迷路みたいな耳の中を通ってようやく聞こえているんだね。
音を聞くために大切な耳に優しくしてね。

1年をふり返ろう!

「できた!」と思うものに
○をつけてね



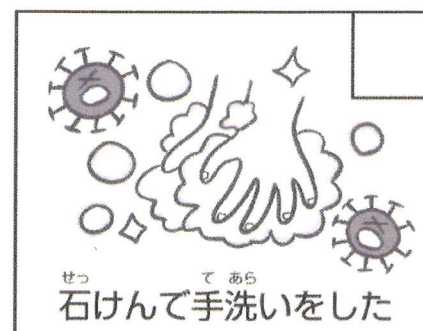
はやね はやお
早寝・早起きができた



まいにちあさ た
毎日朝ごはんを食べた



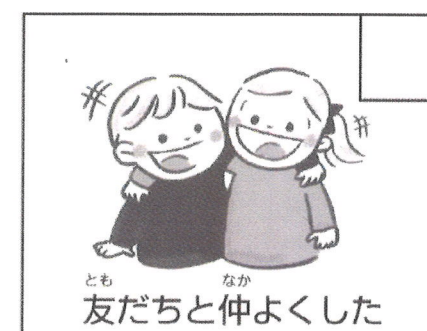
しょくご は
食後に歯みがきをした



せっ てあら
石けんで手洗いをした



げん き からだ うご
元気に体を動かした

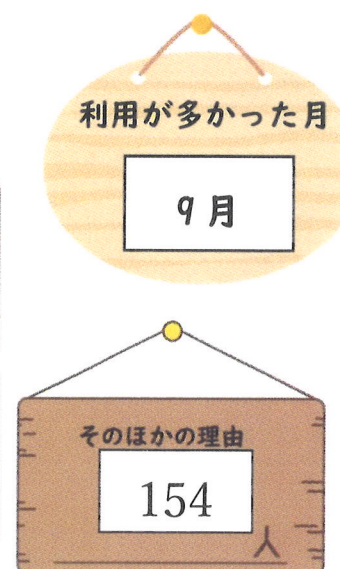
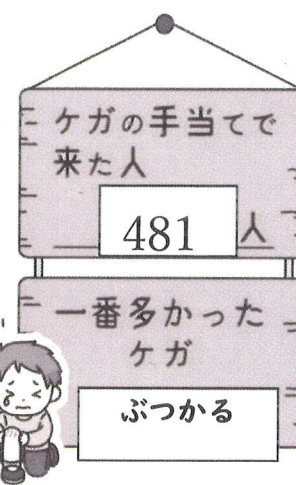


とも なか
友だちと仲よくした



多かった
ケガした場所
うんどうじょう
運動場

2月28日までのまとめ



今年度の保健室利用から

◎ケガが昨年より約200件も減りました。(1日あたり約2件)

「廊下を走らない」の取り組みをしているからだね。

◎今のところインフルエンザなどの感染症が大流行していません。「手を洗おう・換気をしよう」の取り組みをしているからだね。

▼9月は外の活動で暑さで体調をくずす人が多かったです。

