

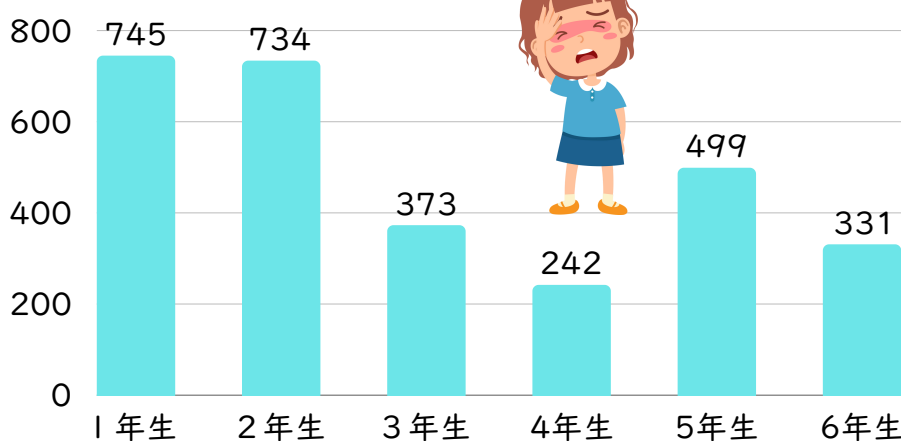
ほけんだより 3月

志村第五小学校 校長 島田 朋子
養護教諭 岡田 綾

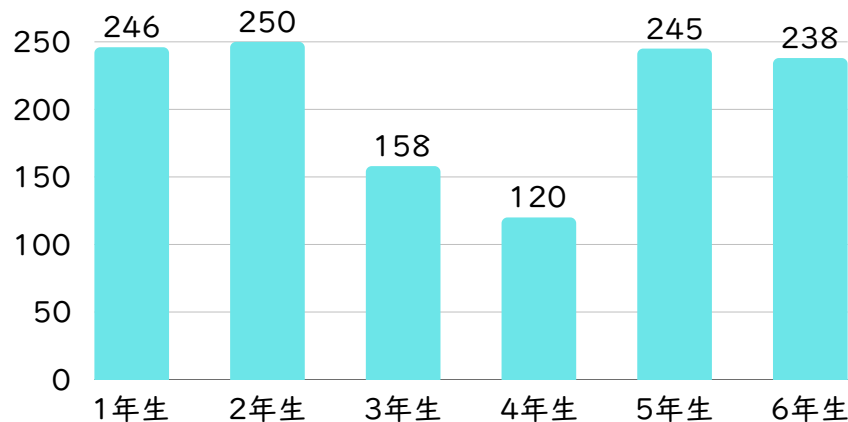
1年間、健康に過ごせたかな？

今年度、保健室にたくさんの人が来室しました。けがが多かった人は、どうすればけがを予防できたのか、振り返ってみましょう。

【けがをした人の数】



【病気をした人の数】



全校で、けがは2924件（昨年度1326件）、病気は1257件（昨年度1568件）でした。特に、音楽会前の10月と11月の利用が多かったです。行事に向けて一生懸命頑張っているのに、心と体が疲れてしまったのかもしれませんね。

ご家庭での心身のサポートをありがとうございました。来年度も、ほっとできるような保健室を目指していきます。

～来年度に向けて～

- ・マスクを5枚程度、ランドセルに入れておいてください。急な感染症予防対策や、給食当番時に使います。
- ・朝の欠席連絡は8：15までにフォーム（その他電話や連絡帳）でご連絡いただくと助かります。ご協力をよろしくお願いいたします。

詳しくは、新年度の保護者会で説明があります。

耳そうじのときに注意したいこと

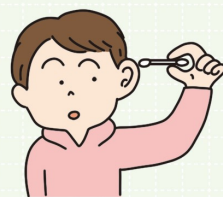
私たちの耳には、もともと自分でそうじする仕組みがあります。そのため、耳あかは外側に出てきたものをやさしくふき取るくらいで十分だと言われています。

もし奥まで耳そうじをすると、自然に出てこようとしている耳あかを押し込むことになり、かえって耳あかがたまりやすくなります。

また、耳そうじをしすぎると、耳の中につながっている「がいじどう」や音を聞くために必要な「こまき」を傷つけてしまうおそれがあります。

耳そうじをするときは、次のことに気をつけましょう。

- やさしく耳あかをぬぐう（力を入れすぎない）
- 耳かきや綿棒を入れるのは、耳の穴から1cmぐらいまでにする（奥まで入れすぎない）
- 耳の中がカサカサしたり、耳あかが気になったりしたら、耳鼻科のお医者さんに取ってもらう
- 耳そうじをしすぎない（1か月に1～2回ぐらい）



？ 耳のミニクイズ

Q1 耳のはたらきは次のうちどれでしょう（答えは1つとは限りません）。

- ① 音を伝えたり、聞き分けたりするはたらき
- ② 体のバランスを知るはたらき
- ③ メガネやマスクをかけやすくするはたらき



Q2 人間とネコ、耳がよく聞こえるのはどっち？

- ① 人間のほうがよく聞こえる
- ② ネコのほうがよく聞こえる
- ③ 人間もネコも同じくらいよく聞こえる



こたえ

A1 ①②

耳には、音を伝えたり、聞き分けたりするはたらきのほか、耳の中にある「さんはんきかん」をつかって、体や頭の傾きの状態を知るはたらきがあります。

A2 ②

ネコは人間よりも4～5倍も広い範囲の高い音を聞いています。