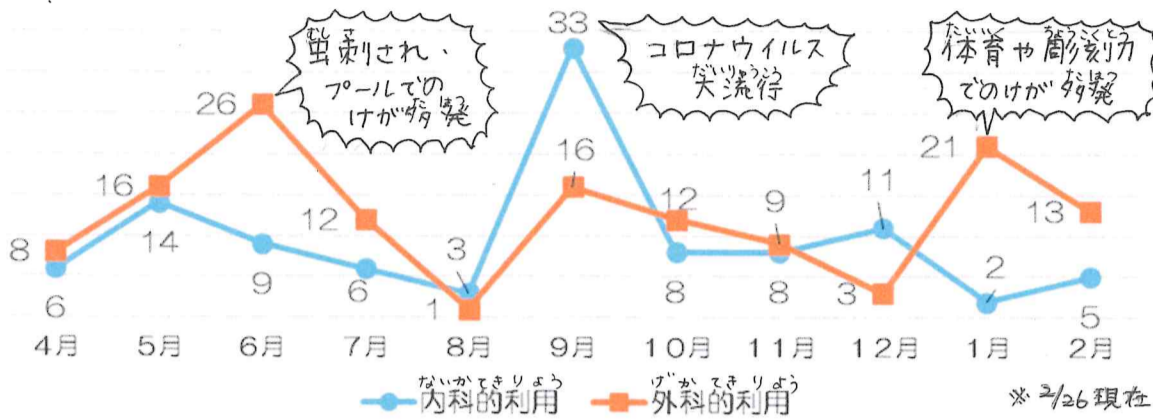


ほけんだより

No. 13 3月号
発行：R6年2月29日(木)
北上小学校 ほけんしつ

1年間の自分の健康について振り返ろう♪

北上小 保健室利用状況 (件)



4~2月までの保健室来室件数は...
242件!
1人3回は利用した計算になります!!

体調不良での来室は...
105件 (昨年度+26件)

けがでの来室は...
137件 (昨年度+11件)

6月は虫刺されや、プールでのけがが増え!! 3学期には体育や園芸でのけがが増えました。

全校児童は昨年度より減っていますが、保健室の利用者は多い結果となりました。

特に、気を付けてほしいのが「うのかゆかゆ」です! 体育や園芸、休み時間に、物事に集中しすぎてけがにつながってしまうことが多々ありました。

4月からは、もっとけがを減らせると思いますね。

ストレッチを十分に!!
周りもよく見て!!



3月の保健・給食関係

- 1 (金) 弁当日 (学習参観日のため)
- 4 (月) スッキリロッカーデー①
- 5 (火) スクールカウンセラー来校日①
- 12 (火) スクールカウンセラー来校日②
- 12 (火) ~15 (金)
- ☆ 卒業式前 大そうじ大作戦 ☆
- 18 (月) スッキリロッカーデー②
- 19 (火) 卒業式 (4年生以上参加)
- 22 (金) 修了式 全校4時限 (給食なし)
- 28 (木) 離任式

3/9はサントナの日
39
ありがとうのモチモチを伝えよう!



3月3日は「耳の日」

耳は目や言語の鍵を握る大切な小窓を少しでも壊したくないという願いから、昭和31年に、日本耳鼻咽喉科学会が制定しました!

耳の役割

①音を聴く!

まず、周囲の音を集め増幅します。空気の振動を電気信号に変換し、首の神経を通じて音の情報を脳に伝えます。そして、初めて「音」として認識することが出来ます。

②体のバランスを保つ!

「耳の中の内耳」と呼ばれる部分には「三半規管」があります。その中にはリンパ液が詰まっており、体の動きに合わせて液も動きます。その動きから、回転や傾きを感じ、脳に伝えます。

こんなことに注意

「耳かきのしすぎ!!」
↓
「外耳炎」になるかも!
首の骨がゆがんだり、かゆみや痛みが起きます。

「鼻のかみすぎかぜの悪化」
鼻のどから入ったバイキンが首に入り、痛みや首の詰まり感があります。

「ヘッドホン難聴」
大きな音を聞きすぎると、首を休めることも大切です。

「中耳炎」
鼻のどから入ったバイキンが首に入り、痛みや首の詰まり感があります。

R5年度 健診終了後の 受診率

眼科 視力5以下

42.1%

メディアの使いすぎなのか、夏休み明けに視力が下がった児童、子ども。逆に、めがねデビューをしてよく見えるようになった児童、子どもも増えました。

耳鼻科 耳垢検査や鼻炎

57.1%

耳垢検査は、耳垢をおうちで取るのが難しいくらいたまっている状態です。また、花粉症シーズンもやってきます。花粉症の人も、早めに受診してほしいです。

内科 扁桃炎や肥満傾向

45.5%

肥満度30%以上(中等度肥満~)の児童で受診率が低くなっています。身長、体重のバランスがくずれていると、内臓や血液の中の脂肪が増えていることも。一度、受診をしましょう。

歯科 むし歯や歯肉炎、歯並びの異常

46.7%

むし歯有児童の受診率は約60%でした。むし歯は、放っておいても、長くなるどころか、進行する危険があります。必ず受診してください。歯並びのことで気になることがある場合も、歯医者さんに一度は相談することをオススメします。

おうちの方へ

学校で行う健診には、疾病を早期に見出し、早期に治療を行うことで重症化を防ぐ役割があります。今年度、所見の見られたお子様につきましては、今年度のうちに受診していただくようお願いいたします。受診報告書をお送りされた場合には、再発行いたしますので、担任または養護教諭までお知らせください。