

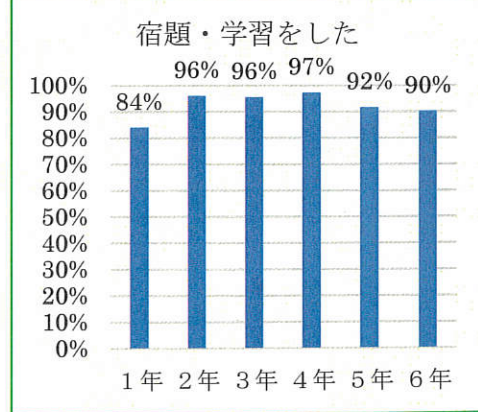
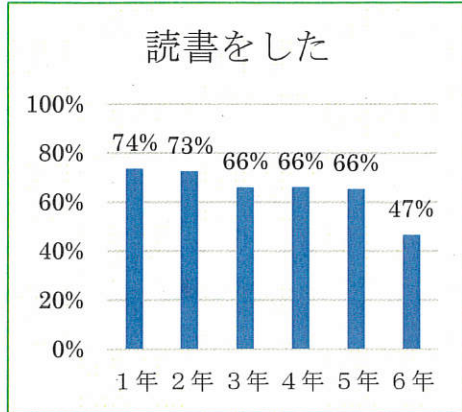
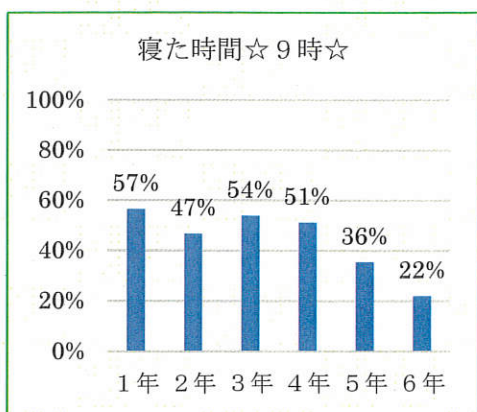
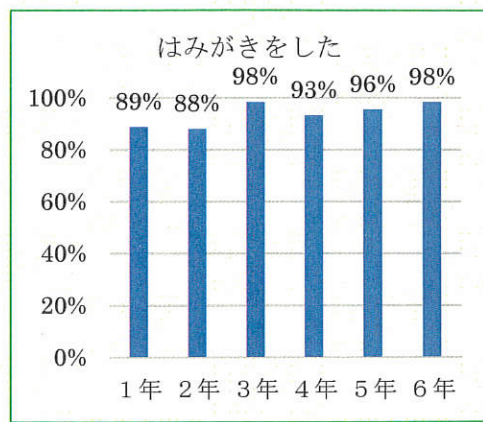
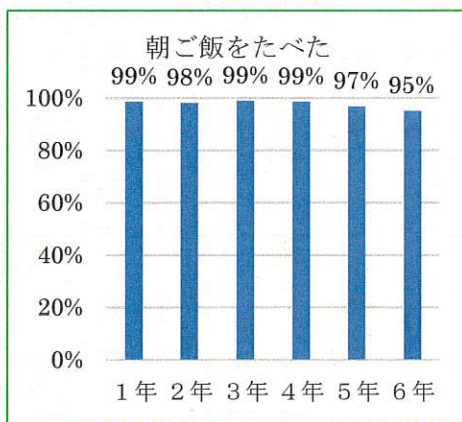
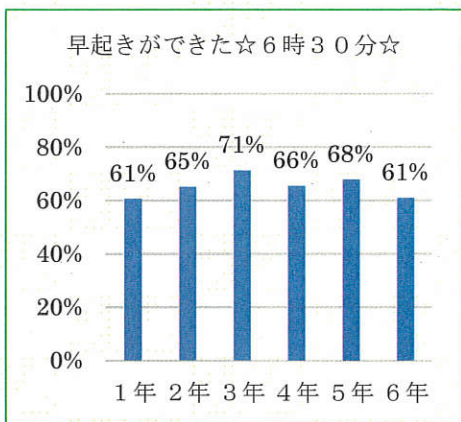
# 3月 保健だよ！

令和3年3月1日  
 墨田区立中和小学校  
 校長 寺崎 康子  
 養護教諭 服部 由佳理

今年度最後の月、まとめの時期になりました。今年度を振り返り、次の学年に向けて、めあてをしっかりと立てて準備をしてください。11月から保健室で皆さんと接する中で、中和小の一人一人がとても素直で優しい心を持っていること。人の気持ちを考えられること。「大丈夫？」「先生に伝えておくれ」「ありがとう」などの言葉をたくさん聞きました。そんな中和小の皆さんのことが大好きです。次の学年でも健康で楽しい学校生活を過ごせるようにしてください。

## 生活リズム集計結果 (対象：全校児童)

1/12～1/18実施



全体的に朝食はしっかりとれています。歯磨き、宿題・学習もできています。

課題→早寝早起き、特に寝る時間が全体的に遅いです。おうちの方と一緒に結果をみながら

自分の課題は何か話し合ってみましょう！





がつ ほけんもくひょう  
**3月の保健目標**



みみ たいせつ けんこうせいかつ はんせい  
・耳を大切にしよう・健康生活の反省をしよう

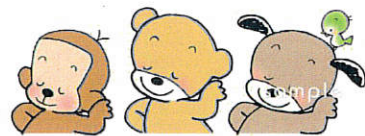


がつみっ か みみ ひ  
**3月3日は「耳の日」です**

保健室に来る児童の中に耳かきによる傷や、耳の中をさわりすぎたり、引っかいてしまって傷が  
できている人がいました。耳そうじは大切ですが、やりすぎると大変あぶないですので気をつけま  
しょう！

**★耳のお手入れについて★**

- ・しぼったタオルで耳のまわりと耳の穴（届くところまで）をふきます
- ・綿棒や耳かきを使うときは、あまり奥までそうじしようとししないでください。かえって耳あかを押し込むことがあります



☆耳そうじは2～3週間に1回ぐらいで十分とされています。



今年度も早いもので残り一ヶ月となりました。保護者の皆様方には、学校保健にご理解ご協力いただきありがとうございました。昨年の11月から育休を明け復帰させていただき、毎日、気持ちよく子どもたちの心身の健康を見守り、支援させていただくことができました。これも、保護者の皆様方のご協力のおかげと感謝しております。

さて、今年度はコロナウイルス感染拡大防止により、学校保健委員会を開催することができませんでした。次年度は開催できるように計画を立てているところです。つきましては、下記のアンケートにご協力いただき、保護者の皆様からの要望を取り入れていきたいと思います。

よろしく願いいたします。きりとり線で切っていただき、**3月8日（月）までに**  
担任にご提出ください。



きりとり

年 組 名前

**1. 内容について（1～5に当てはまる番号に1つ〇をしてください）**

- 1) 小児に多い病気について（食物アレルギーなど）
- 2) 子供の心身の発育発達について
- 3) ケガや病気の手当てについて
- 4) 子育てについて
- 5) その他（希望する内容、講師の先生などご自由に書いてください）