

ほけんだより 3月

うべしりつにしきわしょうがっこう
宇部市立西岐波小学校
れいわ ねんど がつはっこう
令和3年度3月発行

すこしずつあたたかくなってきましたね。お花見に欠かせない三食団子は「積もった雪（白）の下に新芽が芽吹き（緑）花が咲く（ピンク）」という意味があるそうです。おいしいだけでなく、四季を感じられるようなメッセージが込められているのですね。

3月のほけんもくひょう：耳・鼻・のどを大切にしよう／健康生活の反省をしよう

みみからのおねがい

1 耳はとっても働き者。

ラッパみたいになっているところで
集められた
音は…



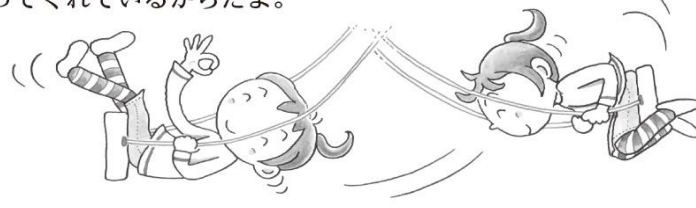
2 めいろみたいな道を通って、脳へ伝えられるよ。



おととつと

3 からだのバランスを保つことも、耳の役割。

4 ブランコに乗ったり、鉄棒でまわったりしても気持ち悪くならないのは、耳がバランスを保ってくれているからだよ。



5 おかあさんのお腹の中にいたときから、夜眠っている間もずっと音を聞いている耳。大切にしてほしいから、お願いがあります。



6 耳そうじ、奥までつつこんだり、ツメで取るのはやめて。

おと とお みち せす
音の通り道を傷つけてしまうかもしれません。

7 それから、大きな音にも注意が必要だよ。友だちの耳元で大きな声を出すのは絶対にダメ。



8 イヤホンやヘッドホンで音楽を聞く人は、まわりの声が聞こえるくらいの音量で、長い時間使わないようにしましょう。

3月3日は耳の日
耳を大切にしようね



●保健室●
1年間の記録
西岐波小学校

4月から2月18日
までの人数

ケガの手当てで
来た人 **2798人**
いちばん多かった
ケガ... **だぼく**

体調が悪くて
来た人 **746人**
いちばん多かった
症状... **ずつう**

保健室の
利用件数
... **4038件**

昨年度の来室人数は合計**5083件**(ケガ**3577**、病気**1334**)でした。今年度もたくさんがまんして思うようにいかなかったり、心がもやもやすることがいつもより多かった人もいられるかもしれません。悩んだり、考えたり、工夫して楽しんだり...。それはみんなの心が成長している証拠です。残りの1か月間、一緒にのりこえていきましょう！
※学校管轄外のケガ(学校以外の場所(校外学習のケガは除く)・スポ少・数日前のケガ等)の処置や継続的な治療は行えませんので、ご理解の上、ご家庭で手当てをお願いいたします。保健委員会で作成

9月のほけんもくひょう:丈夫なからだを作ろう
9月9日は救急の日スポーツの前の準備運動を夜更かしをしない交通ルールを守る...。どれもケガ予防のために大切なこと。みんなの心が自覚から心掛けてケガを防止してください。
1学期の西小っ子 ケガ状況

運動場 1.すりきず 197人 2.だぼく 50人 ...	教室 1.だぼく 71人 2.はさんだ 17人 ...	3うた 1.だぼく 40人 2.すりきず 11人 ...
アリーナ 1.あんじ 21人 2.だぼく 15人 ...	遊具 3うんてい 1.だぼく 9人 ...	ケ-ダレ-ロープ 1.だぼく 4人 ...

1学期 ケガで保健室に来た人は**1226人**でした。

西小っ子ケガ
2学期
ケガで保健室に来た人は**1257人**でした。
ケガが多い場所 Top 4

3運動カチ場 345人 1.すりきず 203人 2.だぼく 89人 ...	教室 199人 1.だぼく 102人 ...
アリーナ 83人 1.だぼく 46人 ...	ろうた 60人 1.だぼく 42人 ...

どこも「だぼく」が多い。

保健室の先生が
かわりました!

「さようなら」というあいさつ。元々は「左様なら」(そうであるならば、という意味)が語源とされ、「そうであるならば」の後に続く「また会いましょう」などの言葉が省略されたものだと言われています。海外での「さようなら」は、「Good bye」「See you again」「Adios」「Adieu」などと言います。これらは、『神のご加護を』『また会いましょう』『お元気で』などという意味です。日本語の「さようなら」は省略された意味なので、メールなどで使うときは「元気でね またね」など、ひとことプラスするといいかもかもしれませんね。

ありがとうというだけで...

「あ、幸せな気持ちになれる」「やる気が出てくる」「心のバランスが整う」「集中力がアップする」
言った人にも言われた人にも、いいことがたくさんある「ありがとう」。感謝の気持ち、伝えていませんか?

3年と2か月間、西岐波小学校でみんなと過ごした時間はとても楽しくて、かけがえない宝物です。けがの予防方法やけがをした時にどうしたらいいのか、何度かお話をしましたね。安心安全・健康のために自分のできることをしましょう★
みんなの健康を祈っています。今までありがとう ございました!



2月末より保健室に復帰しました。お子様が安全で楽しく学校生活を送れるよう、おうちの方々と一緒にサポートさせていただきます。何かありましたら、保健室までお申し出ください。佐々木 麻希