

3がっ ほけんだより



やわらかな日差しが心地よく感じる季節となりました。この時期は『三寒四温』
といい、寒い日と暖かい日が3~4日ごとに変わります。子どもの成長もこれとよ
く似ています。暖かな日ばかりとはいえないけれど、もうすぐ春が来る。そんな
思いで見守っていききたいものですね。

保護者の方へ

4年 思春期保健教室

2月20日に助産師さんによる『思春期保健教室』の授業を行いました。助産師の仕事って何？から始まり、大人に近づく体（第二次性徴・月経・射精）、心の変化、性の多様性、プライベートゾーン、性器の洗い方と、命を守る助産師さんならではの視点から話をしてもらい、子ども達も真剣に耳を傾けていました。自分の体も、他人の体も大切にできる人に育ってほしいですね。



6年 薬物乱用防止教室

2月13日に埼玉県警の『非行防止指導班あおぞら』による薬物乱用防止教室を行いました。

(以下児童感想より)

- ・薬物の危険さが分かった。
- ・危険は身近にあるから、気づかないうちに巻き込まれないように大人になっても気を付けたい。
- ・薬物を使用するきっかけがタバコ、お酒ということが分かった。
- ・気軽に使用すると将来困るから、しっかり知識を身につけたい。



耳くそ

耳の中にある白っぽくてカサカサ、ネバネバしたものを。“耳くそ”と悪モノのように呼んでいる人もいるかもしれません。“耳くそ”の正しい名前は「耳あか」。耳の中の古い皮膚がはがれて、脂やホコリと混ざったもの。そう聞くとなんだか汚そうですが、耳あかにはいろいろな役割があります。

- 耳の中（外耳道という細い道）が傷つかないようにする
- 耳の中でバイ菌が繁殖するのを防ぐ
- 虫が入ってこないようにする



- 耳あかは、みなさんの耳を守ってくれているのです。だから耳そ
- うじをするときも、無理に全部とらなくても大丈夫ですよ。



実は耳を守るイヤツ

3月3日は耳の日です

3月のほけんもくひょう
自分の健康について
反省しよう。



耳が痛い



耳鳴りがする



聞こえづらい

こんな
ときは
びょういん
病院へ

1年間のみなさんのようす

保健室の記録

けがで保健室に来た
人は
のべ 1380 人

令和5年4月から
令和6年2月まで

けが人が一番多かつ
たのは
6月 (209人)

病気で保健室に来
た人は
のべ 589 人

病気が一番多
かつたのは
6月 (85人)

保健室に来た人の
合計
のべ 1969 人

自分で体調を考え生活
し、けがないよう落ち着
いて行動しましょう。



保護者の方へ

新年度のご準備をお願いします

3月26日(火)に保健調査票、緊急連絡票をお返しいたします。春休み中に記入し、新年度に再提出をお願いします。進級学年欄のご記入を忘れずに。携帯番号やお勤め先など、変更する場合は必ず訂正、追加をお願いします。健康診断の際に必要なとなりますので、「花粉症」や「持病で定期的に通院している」「〇〇の治療中」など、情報がありましたら必ず保健調査票にご記入をお願いいたします。

また、公会計化に伴い、「スポーツ振興センター同意書(青色)」のご記入をお願いします。辻小は入学時に全員加入済ですので、必ずご提出をお願いします。