



2024.3.1
明治小 保健室

3月21日はランドセルの日。3+2+1=6 で「6 年間ありがとう」という意味があるそうです。もうすぐ卒業する6年生のカバンには、どんな思い出がつまっていますか？

「卒業は、もう少し先」のみなさん。「ものを大切にできる人は、心も大切にできる人」だと思います。「少しらんぼうに使っていたな…」という人は、春休みの間にきれいにふいてみるのはどうでしょうか？

今月の保健目標 健康生活の反省をしよう

今年度みなさんは、ゴールデンウィーク・夏休み・冬休みのあとに、「めいじっこ週間」を行い、休み明けの生活についてふり返りをしました。今回は、1年全体を通しての自分の生活についてぜひふり返ってみてください。

下の表で○がついたところは、これからもつづけてほしいところです！○がつかなかったところは、今日からチャレンジしてみましょう！

1年をふり返ろう！

「できた！」と思うものに
○をつけてね



3月9日はサンキューの日

友だちや先生、家族に1年間の「ありがとう」の気持ちを書いて渡してみてね。

- 例 ●いっしょに遊んでくれて「ありがとう」
●いつもごはんを作ってくれて「ありがとう」

ありがとうカード

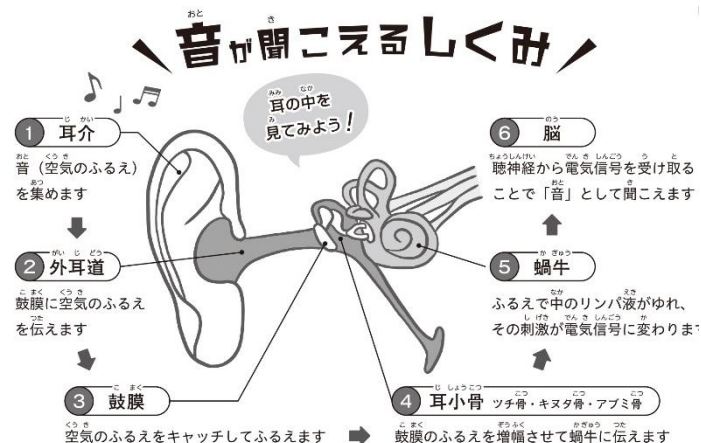
_____ さん

_____ より

3月3日は耳の日

3月3日は耳の日です。耳のしくみや働きについて知り、耳を大切にしていきましょう。

もしも「耳が痛い」「聞こえづらい」「耳鳴りがする」などの症状があったら、早めに耳鼻科に行きましょう。



耳がふたつある理由

犬、猫、うさぎ、ライオン、
キリン、そして人間。
思い浮かべてみてください。
耳は何個？
みんな二つありますね。
どうしてでしょうか。

それは、方向を感じるため。どの動物も、耳は頭の両側に離れてついています。だから、音が発生した方向によって、左右の耳で聞き取る音の大きさは少しずつ違います。その音の差で音の方向を感じているのです。

たとえば、車が後ろから近づいてきているときなどは、耳から入ってくる情報が頼りです。片方だけでも病気やケガで聞こえなくなると、気づくことができなくなること。安全を守るためにも、ふたつの耳を大切に。

保護者の方へ

1年間、感染症対策や健康診断など、様々な保健活動にご理解とご協力をいただき、ありがとうございました。特に感染症関係では、急な学級閉鎖や早帰りの対応、行事の変更等が多々ありましたが、保護者の皆様のご協力のおかげで、無事に1年を終えることができました。

来年度も引き続き、学校保健活動へのご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

重要書類の配布

健康診断等で使用する「**児童生徒保健調査**」を**3月21日(木)**に配布します。

中学校卒業まで使用する重要な書類ですので、春休み中に紛失しないよう、大切に保管をしてください。

別紙「重要書類の配布と回収について（お願い）」を同封しますので、ご覧いただき提出期日や注意事項を必ずご確認ください。

健康診断結果のお知らせ

今年度最終日に「健康診断結果のお知らせ」を**通知表にはさんで配布**します。

1年間で、心だけでなく、体も大きく成長しましたね。ぜひ、おうちの人といっしょに成長記録を見てみてください。