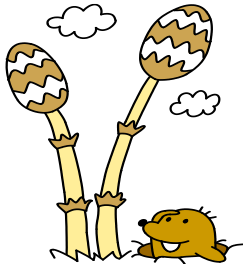


ほけんだよの3月

令和6年2月29日 さいたま市立南浦和小学校 保健室



あたた ひ すこ ふ える はる おとず かん せつ せつ
 暖かい日が少しずつ増えて、春の訪れを感じさせる季節になりました。
 みなさんにとって今年度はどんな1年だったのでしょうか。
 げん きに 1年の ねん し 締めくくりができるように、すいみん をしっかりとって 残り
 すく 少ない日を元気に過ごしてください。



3月3日は耳の日



イヤホンなどで大音量・長時間聴く生活を
 つづけていると、耳の中の音を伝える細胞が少しず
 つ壊れ、聞こえにくくなるイヤホン難聴になるか
 もしれません。イヤホン難聴は治りません！
 イヤホンは正しく使って耳を守りましょう。

イヤホンの使い方

- ・周りの人の声が聞こえるくらいの音量にする
- ・1日1時間未満の使用にする

あたりまえをありがとうに



こわって
あたりまえ？



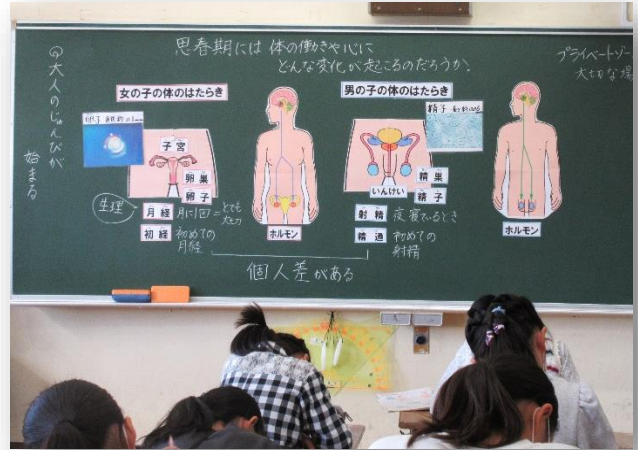
「あたりまえ」とは、そうあるべきこと (=当然) や、ありふれていること (=普通) という意味。一方「ありがとう」は、めったにない・めずらしいことを意味する「有り難い」からできた言葉で、みなさんが知っているように感謝の気持ちを表します。
 3月9日は「サンキューの日」。やってもらって「あたりまえ」ではなく、「いつもありがとう」と伝えられたら、ちょっとだけハッピーになれるかも!?

保護者の方へ

4年生 「思春期にあらわれる変化」について一緒に学習しました。

4年生の保健学習で「体の成長とわたし」という単元で、男性と女性で思春期にあらわれる体や心の変化についての学習を担当とのチームティーチングで養護教諭と一緒に行いました。思春期に差し掛かっている子どもたちは興味深く、むやみに面白がることなく真剣に授業を受けることができました。

今、自分の体に変化し始めていることに戸惑いはあっても、正確な知識を身に付けていけば、少しでも不安は払拭されることでしょう。この授業がそのようなことに役立てばよいと思います。



令和5年度 学校保健委員会の 動画配信を行います！

- 内容 (1) 健康診断の結果について 養護教諭
(2) 新体力テストの結果について 体育主任
(3) 講話 『子どもたちの未来の歯を守るために』
～時代と共に変化する口腔環境～
学校歯科医 渡沼 敏夫 様

※ 日程等の詳細についてはメール等でお知らせをいたします。

ご家庭での体調管理のおかげです！

今シーズンは、インフルエンザや新型コロナウイルス感染症が大流行し、近隣の学校や市内の小中学校では学級閉鎖を行った学校が多数あります。南浦和小でも感染症の流行による欠席者や早退者が増え、3学期に入ってから心配をしていましたが、今のところ大きな流行はありません。これも、保護者の皆様が毎日お子様の体調管理に留意していただいているおかげであると思います。本当にありがとうございます。

しかし、インフルエンザには、まだしばらく注意が必要です。その他、感染性胃腸炎などの感染症も流行しています。お子様の体調が優れないときは無理をさせないように、これからもよろしく願いいたします。