

3月ほけんだより



令和4年2月28日(月)
練馬区立南が丘小学校
校長 後藤 京子
保健室

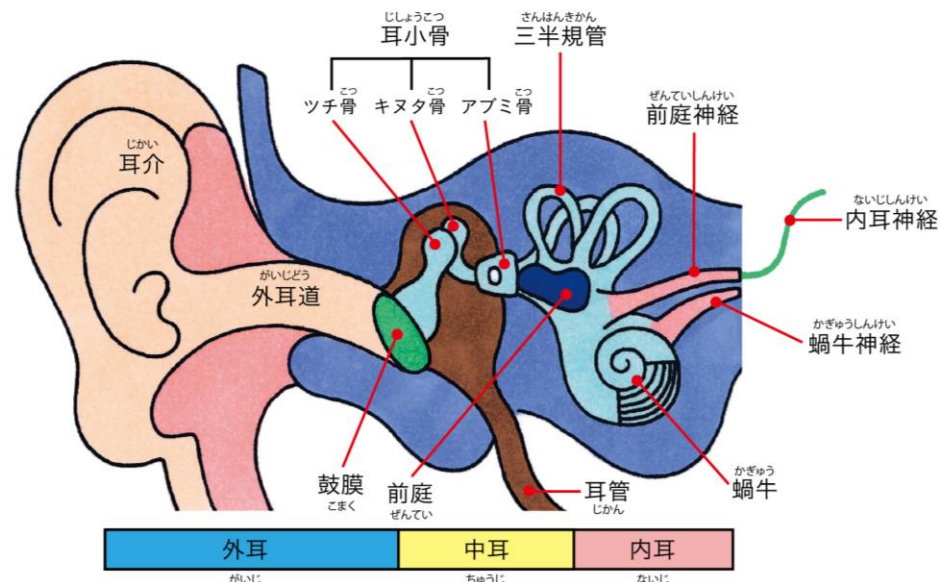
家庭数 配布

3月5日は「啓蟄」です。難しい字ですが、「啓」には「ひらく」、「蟄」には「冬眠のため」に虫が土の下に隠れる」という意味があります。つまり、「啓蟄」とは、「冬眠していた虫たちが春の気配を感じて、土の中から外へと出てくるころ」のことです。暖かな春の訪れを感じる時期と



いうことですね。こうした季節の変わり目は、体調を崩しやすい時期でもあります。早寝早起きをし、3食しっかり食べて、いつも以上に体調管理に気をつけましょう。

耳の「しくみ」とおもな「はたらき」



耳のはたらき 1 おと き 音を聞きとる

私たちは耳で音を聞いて、まわりの様子を知ったり、相手が何を言ったのかを確認したりしています。

[音の伝わり方]

- ① 耳介で音を集めます。
- ② 音は耳の穴から外耳道をとおり、鼓膜がふるえます。
- ③ ふるえが耳小骨に伝わり、耳小骨もふるえます。
- ④ 耳小骨のふるえが蝸牛の中にある「リンパ液」をゆらし、このゆれが信号に変わります。
- ⑤ 信号が神経を伝わって脳に届くと「音が聞こえた」と感じられます。



<3月の行事予定>

1	火	保護者会(1・2・3年)
21	月	春分の日
23	水	給食終了
24	木	修了式
25	金	卒業式
26	土	春季休業日始

保護者の方へ

【身長・体重計測について】
1月より延期していた身長・体重計測を行います。今回は、新型コロナウイルス感染症対策として時間を短縮し、身長・体重計測のみ実施します。普段着で行うため、4月に体育着で行う予定の身長・体重計測と測定値の誤差が生じてしまう可能性があります。あらかじめご了承ください。
終了後に健康カードを返却します。身長・体重測定の結果をご確認いただき、押印後すぐに学校にご返却ください。

さん(み)がつみつか
3月3日
目の日

耳のはたらき 2 からだ 体のバランスをとる

耳の中にある三半規管と前庭で、体の『回転』や『かたむき』を感じとっています。それらの動きの様子が信号として脳に伝わると、体が倒れたりしないように、手や足などいろいろな部分を動かしてバランスをとっているのです。

