

ほけんだより 3月

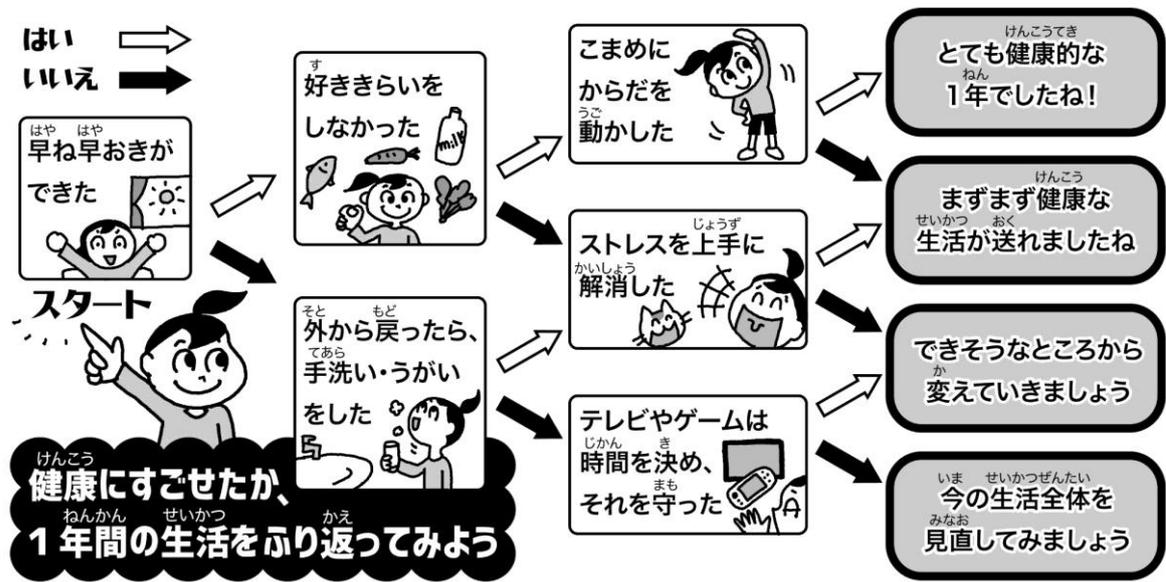


今年度最後のほけんだよりです。この1年はみなさんにとってどんな年でしたか？

6年生はもうすぐ卒業。1年生から5年生は新しい学年になりますね。今月を1

年のしめくくりの月として健康に過ごし、4月からの新しいスタートにそなえましよう。

3月のめあて 1年の健康生活を振り返ってみよう



3月 3日は「耳の日」耳を大切にしよう

耳は音がどちらから聞こえてくるかわかるだけでなく、からだのバランスをとる

役割もあります。そんな耳を大切にするために…

<p>耳あがをとろう</p> <p>1~2週間に1度はきれいに、きずをつけないように、そーつととる</p>	<p>鼻水は片方ずつがむ</p> <p>片方ずつがむ</p> <p>目がつんとしないよ</p>	<p>目もとで大声を出さない</p> <p>こまぐがやぶれることもあります</p>	<p>ヘッドホンをしたまま寝ない</p> <p>ヘッドホンを大音量で聴くのは聴力低下の原因にもなります</p>
--	--	--	--

ほけんだより 3月



花粉症の季節がやってきました

2月の中旬から少しずつ暖かい日が続き、過ごしやすくなってきました。それと同時に、「朝から目がかゆい」「鼻水がたくさんでる」と言って保健室に来室するお子さんも増えてきたように思います。中には、目薬が苦手でなかなか一人ではできないお子さんもいるかもしれません。



連絡帳等でお知らせいただければ、保健室で点眼の補助をすることも可能ですので、ご相談ください。



インフルエンザ収束傾向

1月は、6クラスで学級閉鎖を実施しましたが、2月に入り、どのクラスもインフルエンザやその他の感染症での欠席も少なくなっています。

練馬区内では、感染性胃腸炎や伝染性紅斑（りんご病）なども流行していますので、今後も引き続きご注意ください。

中村小学校 感染症発生状況 (2018.2.25 現在)

	1月	2月
インフルエンザ	106人	19人
溶連菌感染症	9人	12人
マイコプラズマ感染症	1人	0人
流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）	1人	0人
水痘（水ぼうそう）	2人	0人

ノロウイルスなどによる感染性胃腸炎にかかって、トイレに行った後は...

トイレのふたは必ず閉めて水を流そう!



ふたを閉めずに水を流すと、水の粒とともに多くのウイルスが空気中に飛びちってしまいます。

