

# ほけんしつより



令和7年3月  
流山市立野谷小学校  
保健室

いちの やしょう かんせんしょう りゅうこう こん お じぶん けんこう  
市野谷 小 は 感 染 症 の 流 行 も なく 今 シーズン を 終 え ら れ そ う で す 。 こ れ か ら も 自 分 の 健 康  
じぶん まも いちねん がつ き げんき がんば  
は 自 分 で し っ か り 守 っ て い き ま し ょ う 。 一 年 の し め く く り の 3 月 も 気 を ひ き し め て 元 気 に 頑 張 り  
ま し ょ う 。

ねんせい しょうがっこうせいかつさいご しゅうかん なかま おも ぞんぶんたの  
6 年 生 の み な さ ん 、 小 学 校 生 活 最 後 の 2 週 間 を 仲 間 と い っ し ょ に 思 う 存 分 楽 し ん で く だ さ い  
ね 。

3月3日は耳の日

みみ だいせつ  
耳を大切にしていますか？

## ？ 耳のミニクイズ

Q1 耳のはたらきは次のうちどれでしょう  
(答えは1つとは限りません)。

- ① 音を伝えたり、聞き分けたりするはたらき  
② 体のバランスを知るはたらき  
③ メガネやマスクをかけやすくするはたらき



Q2 人間とネコ、耳がよく聞こえるのはどっち？

- ① 人間のほうがよく聞こえる  
② ネコのほうがよく聞こえる  
③ 人間もネコも同じくらいよく聞こえる



## こたえ

A1 ①②  
耳には、音を伝えたり、聞き分けたりするはたらきの  
ほか、耳の中にある「さんはんきかん」をつかって、  
体や頭の傾きの状態を知るはたらきがあります。

A2 ②  
ネコは人間よりも4～5倍も広い範囲の高い音を聞いて  
います。

むずかしいことば  
がたくさんありま  
すね。おうちの人  
と いっしょによん  
でね。



## 音を「聞く」までの道筋は？



さいきん おお て あ ち で ひと  
最近、多いです・・・手荒れ、あかぎれで血が出ている人！

くうき かんそう おも げんいん ち  
空気が乾燥していることが主な原因だと思います。血が

で 出ているとても痛そうな人がいます。あかぎれをその  
ままにしていともどんどんひどくなって痛みが増して  
しまいます。ばんそうこうなど ほご  
絆創膏等でしっかり保護しましょう。手

あ ほしつ たいせつ  
荒れは、保湿が大切です。こまめにハンドクリームをぬれるとよいのですが、なかなか難し  
いかもしれません。せめて夜はたっぷりぬってから寝るようにしましょう。



4月8日～2月28日までの人数



ケガ・体調不良以外...44人

## 1年間、健康に過ごせたかな？

よくできたなら◎、まあまあできたなら○、  
あまりできなかったなら×をつけてね。

- ☐ 早寝早起きができた
- ☐ 毎日3食きちんと食べた
- ☐ 食べ物のすききらいをへらせた
- ☐ 元気に運動した
- ☐ 外から帰った後、手洗いした
- ☐ 大きなけが・病気をしなかった
- ☐ 友だちとなかよく過ごした
- ☐ 食後はきちんと歯をみがいた



できたところ（◎や○がついたところ）は、これからも続けてい  
きましょう。もう一歩だったところ（×がついたところ）は、4月  
からの1年間で◎や○になるように、がんばっていきましょう。