

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
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
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 たいせつ
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。

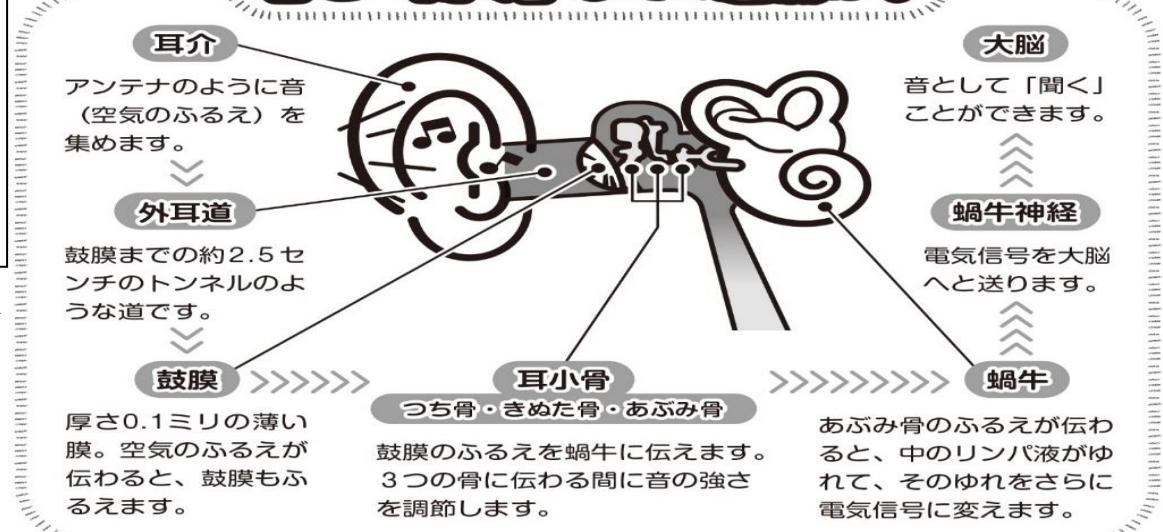
A2

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。



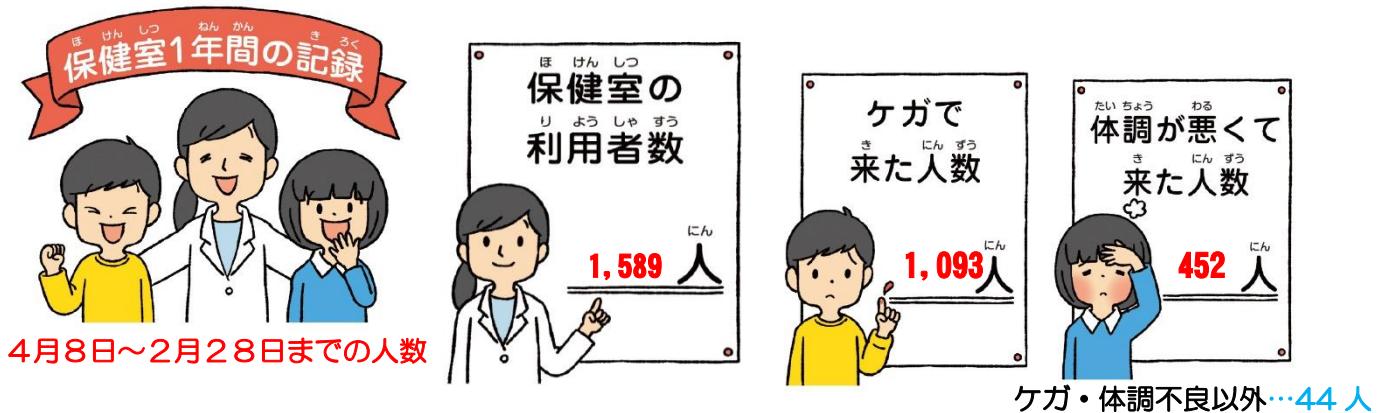
音を「聞く」までの道筋は？



さいきん 最近、 おお 多いです・・・手荒れ、 あかぎれで血がでているひと！

空気が乾燥していることが主な原因だと思います。血が
出ていて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てもどんどんひどくなってしま
います。絆創膏等でしっかり保護しましょう。手
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。





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○、あまりできなかつたなら×をつけてね。

- はや ね はや お 早寝早起きができた
 - まい にち しょく た 毎日 3 食きちんと食べた
 - た もの 食べ物のすききらいをへらせた
 - げん き うん どう 元気に運動した
 - そと かえ あと て あら 外から帰った後、手洗いした
 - おお びょう き 大きなけが・病気をしなかった
 - とも す 友だちとなかよく過ごした
 - しょく こ は 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。もう一步だったところ（×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。