



令和6年3月1日  
青梅市立第五小学校

# ほけんだより

2月は、風邪やインフルエンザ等で欠席が多く、どのクラスも全員がそろうことがなかなかありませんでした。お子さんの体調はいかがでしたでしょうか。今年度の五小のインフルエンザ罹患者数は、延べ78人（2月28日現在）となりました。引き続き、御注意ください。

3月～4月は、たくさんの「さようなら」と「こんにちは」が訪れる時期です。進学や進級で、親しい友達と別れてさみしくなったり、新しい環境で「頑張れるかな」と不安になったりする人もいるでしょう。でも、大丈夫。それまですごしてきた日々の思い出は決して心から消えないし、うれしいことや楽しいこと、いろいろなことが時と共に積み重なっていくものです。素敵な春を迎えられますように、心から応援しています。今年度も感染症の対応や保健行事への御協力いただきありがとうございました。



## 病気・けがの予防に… 大切な『見直し』『ふりかえり』

もうすぐ始まる新しい生活のために、準備のひとつとしてやっておいてほしいのが『健康面の見直し・ふりかえり』です。この一年間で、何かしらの病気やけががあった人も少なからずいることでしょう。これから迎える新年度、病気やけがを予防し、健康に過ごすためにふりかえりながら、「手洗いをていねいにすること」や「生活リズムを整える」等目当てを立てておくことが大切です。



そして、いま調子がよくない、受診が必要なけがや病気があれば春休みのうちに治しておくのとよいでしょう。はじめの一步を元気に踏み出したいですね。

### からだからこんな声が聞こえませんか？



はや ちりょう 早く治療してよ～



つか 疲れが 取れないよ～



きゅう 休けいをとってよ～

# 耳のはたらき ～耳を大切にしよう～

## はたらき・その1 音を聞く

体の外の「耳介（みみかき）」で集めた音が「こまく」をふるわせませす。ふるえは耳の中の器官を通り、その信号が神経を伝わって脳に届き、『聞こえた』と分かります。

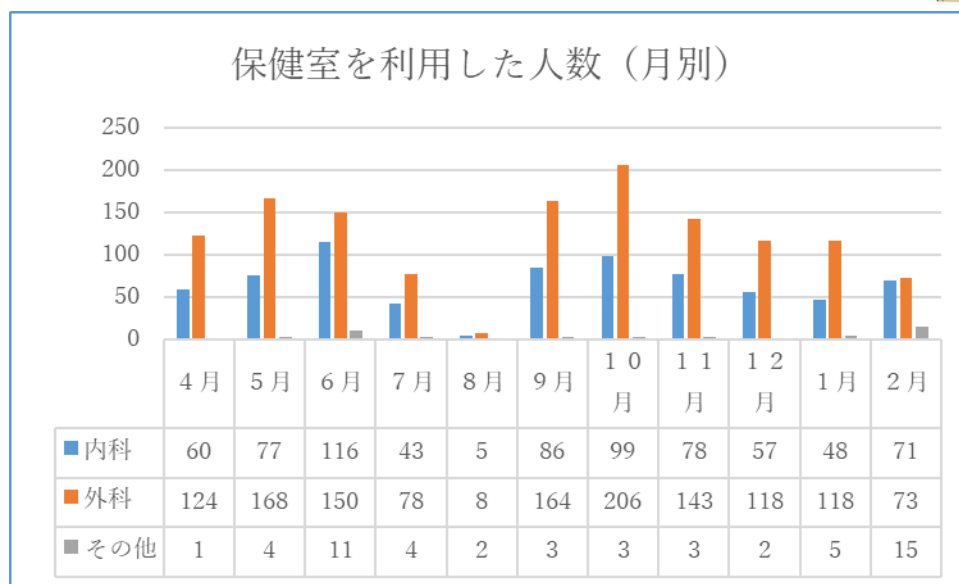


## はたらき・その2 バランスをとる

耳の奥にある「三半規管（さんはんきかん）」でからだの回転を、「前庭（ぜんてい）」でかたむきを感じ取っています。それらの信号を脳で受け、からだがおれないように手や足を動かします。

## 保健室の1年間

1年間の保健室の様子を数字でお伝えします。



今年度に保健室を利用した人数は合計で2143人でした。（2月27日まで）けがの理由は打撲が一番多く、次いで擦り傷が多かったです。病気の理由は腹痛が一番多く、次いで頭痛が多かったです。けがをしたとき、自分でできる手当をできるようになった子、体調が悪い子に「大丈夫？」「お大事にね。」とあたたかい声かけができる子、けがをした低学年を優しく保健室まで付き添って来てくれた高学年の姿や成長を見ることができました。今後も、引き続きよろしくお願いたします。