

ほけんだより 3月



No. 1 | 令和6年3月1日 さいたま市立田島小学校 保健室

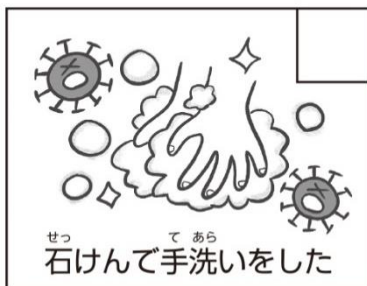
うらかな春の日差しの中、そよ風が吹き渡る様子を「風光る」と表現します。そんなフワフワした気持ちで外に出たくなりますが、まだまだ油断しないでください。インフルエンザの流行がやっと収まってきましたが、3月は寒暖差が大きく、「春嵐」や「春疾風」と呼ばれる強風が吹き荒れ、急に冷え込むこともあります。上着の着脱や重ね着等をして風邪をひかないように気を付けましょう。

3月の保健目標 『1年間の健康の様子をふりかえろう』

1年をふり返ろう!

「できた!」と思うものに

〇をつけてね



ヘッドホン・イヤホンに注意!



3月3日は耳の日。皆さんは、耳の健康について考えたことがありますか? スマートフォンやタブレット、パソコンなどで音楽を聴いたり、動画を観たりするとき、ヘッドホンやイヤホンを使う人も多いと思いますが、長時間の使用はとても危険です!

なぜなら、耳が聞こえにくくなる難聴になるリスクがあるからです。しかも、いったん難聴になったら、回復が難しいと言われています。大切なのは、予防! ヘッドホンやイヤホンをしたままでも、周囲の会話が聞き取れるくらいの音量にする、1時間に1回・10分間ほど耳を休ませるなどの対策をしましょう。

保健室
ねん かん き ろく
1年間の記録



この1年間、あなたは健康に過ごせましたか。今年度の保健室利用状況がまとまりましたのでお知らせします。今年度は、感染症拡大防止対策がなくなったことも影響したと思われませんが、インフルエンザ等による学級閉鎖が続きました。しかし、一方で、制限なく学校生活を送り、友だちと外遊びなどを元気にしている田島っ子の姿をたくさんみることもできました。田島小学校では、どのくらいの方が保健室を利用しているのかを確認し、来年度からの生活に生かしてもらいたいと思います。

保健室
ねん かん き ろく
1年間の記録

来室者
2069
人

ケガ
1409
人

病気 他
660
人

日本スポーツ振興センターの
災害共済給付制度について

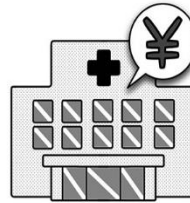
申請は**2年以内**に！

学校管理下でけがなどをして
医療機関を受診した場合は
給付金が支給されます。
申請もれはありませんか？



日本スポーツ振興センター

災害共済給付金



この1年間で、学校管理下
でけがをして病院等へ行った
人は、64人でした。

まだ手続きしていない人はお早めに！

保護者の方へ

令和6年2月15日（木）に開催いたしました、第2回
学校保健委員会「豊かな生活は健康な体から～基礎体力の
向上を目指して、敏捷性を高めたり、身体を強めたりする
運動～」についての動画が配信されています。視聴期間は、
3月29日（金）までとなっていますので、ぜひ御視聴くだ
さい。

また、今年度も学校保健に御協力いただき、ありがとうございました。これからも、お子さんの健康の保持増進のために努めてまいりますので、どうぞよろしく願いいたします。

1年間ありがとうございました

