

ほけんだより

3月

泉南市立新家小学校 ほけんしつ

今年度も、あと少しです。3学期は、ほかの学期に比べて短く、本当にあっという間ですね。今年度は、休校から始まり、5月の途中から学校に来ることはできましたが、

今までのような生活はできず大変な1年でした。

来月からは、1つ上の学年になり、また新しい1年が始まります。

元気に楽しく過ごすためにも、体調管理には十分注意してください。



2020 今年度の生活が 日常になる 2021

こまめに健康観察
しっかり報告

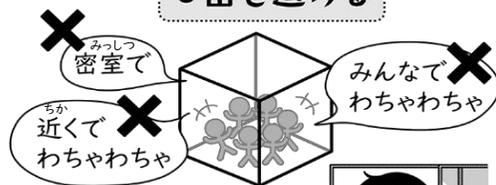


体温計はわきの下の中心に、腕に対して30~40°の角度で差し込む。

症状なくてもマスク着用



3密を避ける



手洗い30秒 + 消毒



保健室の1年間

5/12 ~ 2/26

体調が悪くなって、保健室を利用した人数

484人

☆1番多かった症状は…腹痛

出席停止となる感染症

溶連菌感染症	12人
手足口病	1人
水ぼうそう	2人
アデノウイルス	2人

ケガの手当で、保健室を利用した人数

1208人

☆1番多かった症状は…擦過傷

☆来室が1番多かった月は…2月

☆病院へ受診した件数…33件

学校でのケガで病院へ受診した方は、申請手続きに必要な書類をお渡ししますので、学校までお知らせください。

学校でのケガで受診した人
医療費の申請はお済みですか？

毎年流行しているインフルエンザ。今年の感染者は、なんと0人です！

また、体調を崩して保健室に来室した人数も去年に比べると、約500人も減っていました。これは、毎朝の健康観察や一人ひとりが意識して感染予防に取り組んだ結果だと思えます。本当に、ご協力ありがとうございました。

春休みは、新学期の準備

気になる場所、治療などをすませてください。

新学期から使う持ちもの、準備はOK？

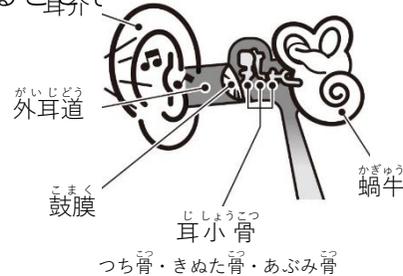
休み中も生活リズムは変えずに過ごそう。

新年度にがんばる目標をたてよう。

みみ 耳のほけんだよ

みみは、ふだん「耳」と呼んでいる、外側にでている「耳介」だけでなく、耳の穴の奥にある「鼓膜」などのさまざまな器官も含まれています。耳の穴の中や奥で病気がおこると、痛みがでるだけでなく、音が聞こえにくくなることもあります。

耳の穴の奥で起こる病気やそのサインを知っておき、何かおかしい！と感じたら、すぐにおうちの人や先生に相談しましょう。



みみ あな なか おく おお びょうき 耳の穴の中や奥で起こる病気

がいじえん 外耳炎

指の爪や耳かきなどで外耳道（耳の穴の奥）の皮膚が傷ついて、そこから細菌が入り、外耳道が腫れて、かゆみや痛みがでます。

じこうせん 耳こう栓

耳の穴の中が「耳あか（耳こう）」で詰まっている状態です。本来耳あかは自然に取れて、外に出ていきますが、外耳道が狭かったり、耳掃除で耳あかを奥に押し込んでしまったりすることで、耳あかが詰まってしまう、音が聞こえにくくなります。

みみ ちゅうい ひつよう しょうじょう 耳で注意が必要な症状

- 耳の中に痛みがある
- 音が聞こえにくく感じる
- 耳の中でガサガサと音がする

ほかに・・・

- 耳が詰まっているように感じる（耳がふさがったように感じる）
- 耳の中に小さいもの（異物）が入った

こんな症状がある場合は、病院への受診をおすすめします！

きゅうせい 急性

鼓膜の奥にある「中耳」と呼ばれる部分が細菌に感染して、うみがたまり、耳の痛みや熱がでます。かぜをひいたときに鼻やのどで増えた細菌が中耳に入ることが原因です。

しんじゅつせいちゅうじえん 滲出性中耳炎

鼓膜の奥にある「中耳」と呼ばれる部分に「滲出液」という液体がたまることで起こる病気です。痛みはありませんが、耳が詰まった感じになり、音が聞こえにくくなります。

みみ 子どもの“聞こえにくいサイン”

耳になにか原因があり、音が聞こえにくくなっても、子ども自身があまり聞こえにくいことをおうちの人に言わない場合もあります。テレビの音を大きくする、呼びかけても反応が悪い、何度も聞き返すなど

おと おお き 音を大きくして聞くのは危険 ⚠

ヘッドホンやイヤホンなどで大音量の音楽などを聞き続けていると、耳の一番奥にある「内耳」と呼ばれる部分が傷ついて、音が聞こえにくくなる場合があります。内耳が傷ついて聞こえにくくなると、その後も回復しない場合があるため、音を大きくして聞くのはやめましょう。