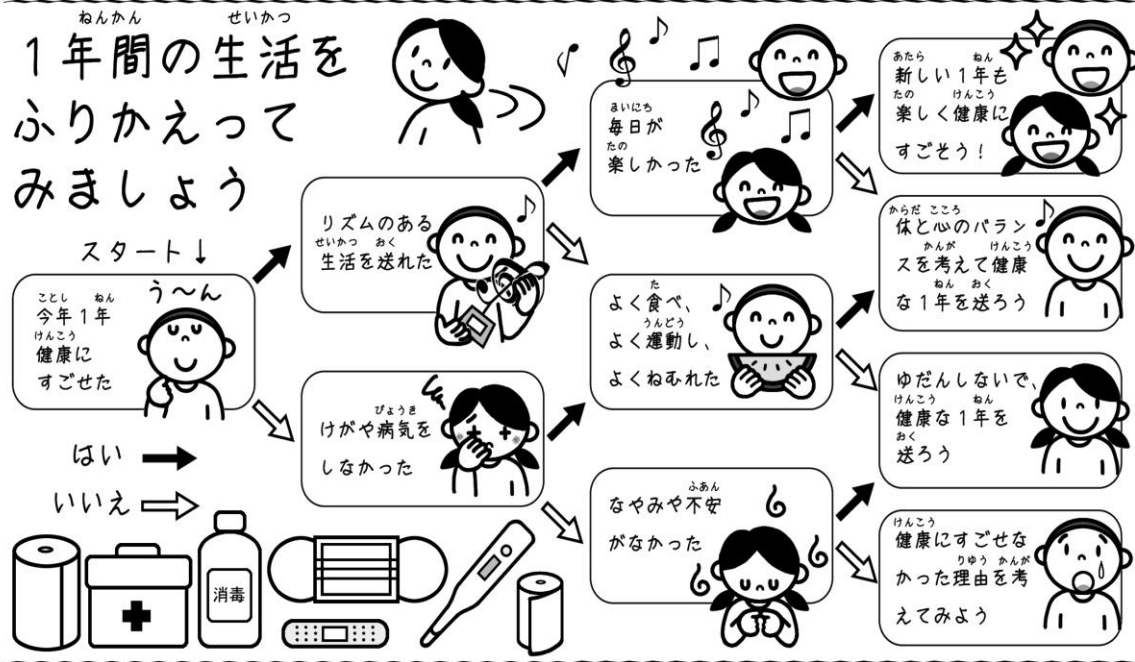


ほけんだより 3月

千早小吹台小学校
保健室 H29.3.6



いま がくねん す じかん
今の学年で過ごす時間が、もうすぐ終わります。
のこ すく
残り少なくなった、“今、このとき”を大切に過ごしてください。
ねん ぶん かえり あたら がくねん もくひょう た
また、1年を振り返り、新しい学年の目標を立ててみましょう。



しょく きせつ かん 食から季節を感じてみよう

はる みかく
春の味覚

ふきのとう

おひたし、和えもの、
てん 天ぷらに



つくし

いた 炒めもの、たまご
つくしご飯に



な はな 菜の花

パスタ、サラダ、
あ からし和えに



3月3日は 耳の日

みみ 耳のはたらきは...

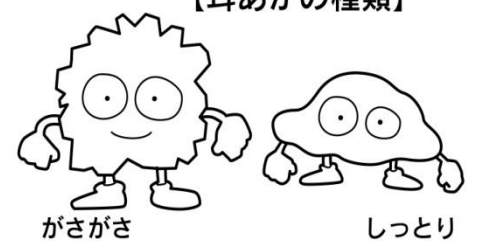
- 音をききとる
- 音のする方向がわかる
- 体のバランスをとる

みみ 耳って
すごいです

たいせつ 大切にしよう

耳あかが出るのはなぜ?

【耳あかの種類】



みみ 耳あかは耳の皮膚の深いところにある
じこうせん ぶんびつぶつ
耳垢腺の分泌物とほこりや耳の穴の古く
なつた皮膚がまじってできます。

みみ 耳あかは体質によってしめつ
ひと かわ ひと
ている人と乾いている人がいま
す。日本人の16パーセントがし
めつた耳あかをしています。
この体質は遺伝します。

大切な耳! 守りたい3つのこと

- ① 耳もとで、大きな声・音を出さない
- ② 耳をたたかない
- ③ 鼻を両方いっぺんに、強くかまない



(耳と鼻はつながっていて、耳をいためる原因になるため)

かた おうちの方へ

● 3月中に、健康手帳を配ります。(おうちで保管してください。)