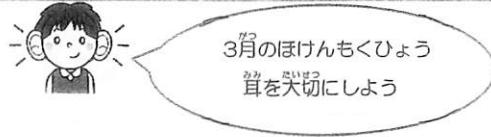


R6 3月1日(金)

志賀小学校 保健室



3月3日は「耳の日」です。耳の大切さや、耳の病気にならない方法、治し方などについて知ろう！という日です。耳について考えて行きましょう。

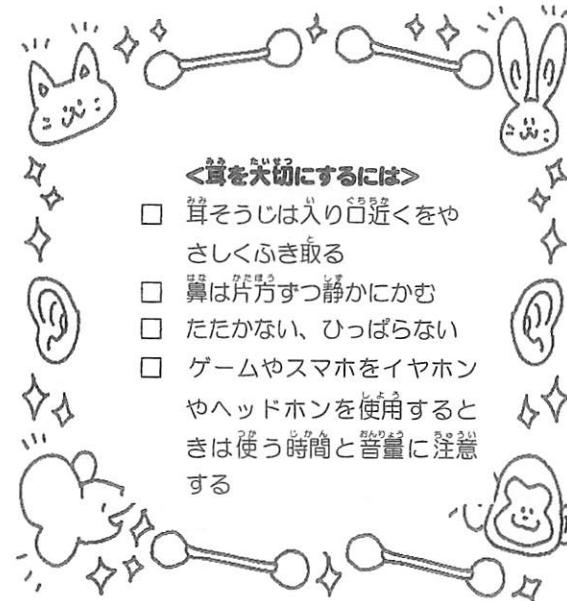
大切な耳のはたらきについて

- ・音を聞く
- ・音の方向がわかる
- ・体のバランスをとる



<耳を大切にするには>

- 耳うそじは入り口近くをやさしくふき取る
- 鼻は片方ずつ静かにかむ
- たたかない、ひっぱらない
- ゲームやスマホをイヤホンやヘッドホンを使用するとときは使う時間と音量に注意する



みみの健康チェック！

ひとつでも心当たりがある人は、一度、耳鼻科で診てもらいましょう



□ 耳鳴りがする



□ 聞こえが悪い



□ 耳が痛い



□ めまいがする

季節が冬から春へと移り変わってきました。日に日に厳しい寒さも和らぎ、春の陽気を感じられるようになりました。現在の学年で過ごすのも残り1ヶ月となりました。6年生はいよいよ卒業。それぞれ少しさみしい気持ちもあるかもしれないですが、新しい出会いに希望を持ち、ドキドキやわくわくを楽しんでくださいね。

花粉症の季節がやってきました



花粉症の季節がやってきました。スギ・ヒノキなどの花粉が飛んでいます。そこで花粉症とかぜの違いを比べてみました。気になる症状がある人は早めに病院に受診しましょう。

	かぜ	花粉症
鼻水	ねばりがあって黄色っぽい	透明でさらっとしている
くしゃみ	1回～数回ぐらい	連続で何回もてる
熱	発熱(38℃ぐらいまで)	ほとんど出ない
症状が強くなる時間	1日中だいたい同じ	起きてすぐ、昼間、日が暮れる頃

「払って」「洗って」花粉はシャットアウト



そと かふん はら お はらい落とそう



て あら かふん なが 手を洗って花粉を流そう