

花粉が飛び始めました…。花粉症の人、お大事にしてください。

ほけんだより

令和5年3月1日
荒川区立峡田小学校
校長 津田 利枝
養護教諭 五十嵐 汀



3月になり、日差しが暖かくなってきました。令和4年度も残り1か月。健やかに次の年度を迎えられるよう、心と体の準備をしましょう。

3月3日は耳の日です



3月3日は耳の日です。耳にはいろいろな役割があります。どんな役割があるのか見てみましょう。

わたしは誰でしょう？

01

からだに2つ。だから、アレがどこから来ているかわかるんだよ。

02

役割は、みんなもよく知っているアレ。からだのバランスにも、深く関係しているよ。

わたしは…

みみ 耳

役割は、音を聞くこと。2つあるおかげで、音がどの方向から聞こえているかわかるんだよ。そして、耳の奥にある「からだの傾きを感じる」場所で、バランスをとっているんだよ。

03

わたしの中には、からだで一番小さな骨や、かたつむりがいる!?

04

ことわざや慣用句では、「タコ」ができたり、「壁」にあっていたりすることもあるよ。

耳から入った音は鼓膜を通り、からだの中で一番小さなあぶみ骨（耳小骨）や、かたつむりに似た蝸牛など、迷路みたいな道を通って、脳に「聞こえた」と伝えていくよ。

●耳にタコができる
同じことを何度も聞かされてうんざりする

●壁に耳あり障子に目あり
どこで誰が見たり聞いたりしているかわからない——という意味。

——という意味。知っていたかな？

ヘッドホンやイヤホンを使うときに長時間・大音量で聞き続けると耳の細胞が傷つくことがあります。周りの会話が聞こえるくらいの音量で、こまめに休憩しながら使用しましょう。

ねんかん せいかつ

1年間の生活をふりかえろう！



1・3・5年生



「歯・口の健康づくり授業」の様子

2月1日に1・3・5年生の各教室において、歯・口の健康づくり授業が実施されました。

○歯の役割

○虫歯にならないための生活習慣

○ブラッシングのコツ

などを学習しました。5年生は歯肉炎についても学習しました。みなさん、真剣に話を聞いていました。

永久歯は替えがききません。毎日の丁寧な歯みがきとフロスを継続していきましょう。



1F女子トイレに生理用品が設置されます



荒川区では、子どもたちが緊急時や困ったときのために、区立小学校の女子トイレに生理用品を設置することになりました。

峡田小学校では、3月6日から、1F保健室横の女子トイレに設置されます。困ったときや緊急時に自由に使ってください。

もちろん、今までどおり、保健室（養護教諭）や他の先生に相談しても大丈夫です。

