



ほけんだより



令和5年3月3日
横浜市立白根小学校
校長 海老澤 孝代
養護教諭 濱田 実子

寒さが和らぎ、温かい日が増えてきましたね。早いもので、今年度もあとわずかになりました。3月は節目の月です。気持ちよく今の学年を終えられるよう、残りの日々を大切に過ごしてほしいと思います。



またひとつ、ステップアップ！ 新しい生活へ



卒業をむかえる6年生の皆さん、そして進級をむかえる1年生から5年生の皆さん、おめでとうございます。時がたつのは本当に早いものですが、皆さんの成長には驚かされます。一人ひとり、1年前を振り返ってみると、いろいろな「おぼえたこと」「できるようになったこと」があるのではないのでしょうか。

4月からそれぞれ学年が上がり、6年生は中学校へ。新しいステージで心も体もさらにステップアップし、成長していくことと思います。そのためには、病気やけがをせず、『元気』でいることが欠かせません。当たり前のように、忘れないでください。ぜひ、健康第一で過ごしてほしいです。



3月3日は耳の日です



3月3日が「耳の日」と呼ばれているのは知っていますか？

難聴や言語障害をもつ人々の悩みを少しでも解決したいという願いと「み(3)み(3)」の語呂合わせから、昭和31年に制定されました。

私たちの耳は大切な役目を持っています。中にたまった「耳あか」もこまめに掃除をしなくては…。と思いがちですが、無理に取ろうとして力が強すぎたり、奥まで入れすぎたりすることは耳の中を傷つけてしまうおそれがあります。

そもそも耳あかとは、耳の中の皮膚がはがれたものや、外から入ってきたホコリに耳から出た分泌液が混ざったものです。汚いだけだと思われがちですが、耳の中の潤いを保ち、傷がつきにくいように保護する働きをしています。また、虫などが入らないようにするためのバリアとして存在するという説もあるようです。

ただ、耳あかが溜まりすぎて固まってしまうと、(耳垢栓塞といいます)自分で取ることが難しくなり、耳鼻科でお医者さんに取ってもらうこととなります。

やりすぎず、やらなすぎず、適度(2、3週間に1回程度)にできると良いですね。



第2回学校保健委員会が開催されました

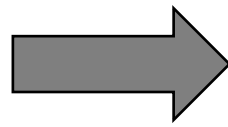
2月17日（金）に第2回学校保健委員会が開催されました。今年度の学校保健目標は『けがの防止をしよう！』です。4年生以上のクラス代表、児童保健委員会、PTA保健成人委員、教職員が参加しました。第2回は1年間の振り返りの場です。各クラスと保健委員会で取り組んできたことの成果と課題を報告し、来年度に向けての話し合いが行われました。

令和3年度 1年間のけがの合計

すり傷	522件
打撲	562件
ねんざ	82件
切り傷	22件
とげ	62件
やけど	4件
鼻血	29件
その他	4件
大きなけが	43件
合計	1330件

令和4年度 4月～2月のけがの合計

すり傷	429件
打撲	508件
ねんざ	56件
切り傷	47件
とげ	47件
やけど	11件
鼻血	31件
その他	12件
大きなけが	31件
合計	1172件



大きなけがが
12件減！

クラスごとに校内の過ごし方や、休み時間の遊び方を確認し、実践してきました。また、児童保健委員会では、けがが多そうな場面を考え、グループごとに動画撮影・編集を行いクイズを出題して全校に呼びかけたり、けがマップを作成し、どこ多く発生しているのかを調べてきました。

今年度も残り1カ月ありますが、2月末時点で病院に行くような大きなけがを12件も減らすことに成功しました！これは大きな成果であると考えます。そして、もっと減らしていけそうですね。

イライラしたり、ふざけたり、落ち着かない生活が、やがて大きなけがにつながっていきます。友だちとぶつかったり、ふざけたりして起こるけがは、やさしい声かけや落ちついた生活をしていくことで、ゼロにしていきたいですね。PTA保健成人委員の皆様、ご多用のところご参加いただき、どうもありがとうございました。

保健委員会作成 けがマップ



当日の話し合いの様子

