



今のクラスで過ごすのもあと十日ほどとなりました。6年生と過ごすことができる時間も残りわずかです。登校班で一緒に歩いたこと、困っていたら優しく声をかけて助けてくれたことなど、6年生にたくさんの「ありがとう」を伝えられるといいですね。

そして、6年生の皆さん、卒業おめでとうございます。皆さんの新生活に、素敵な出会いがたくさんあることを祈っています。

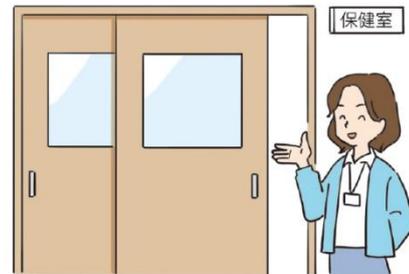
卒業・進級おめでとう！

### 3月のほけんもくひょう

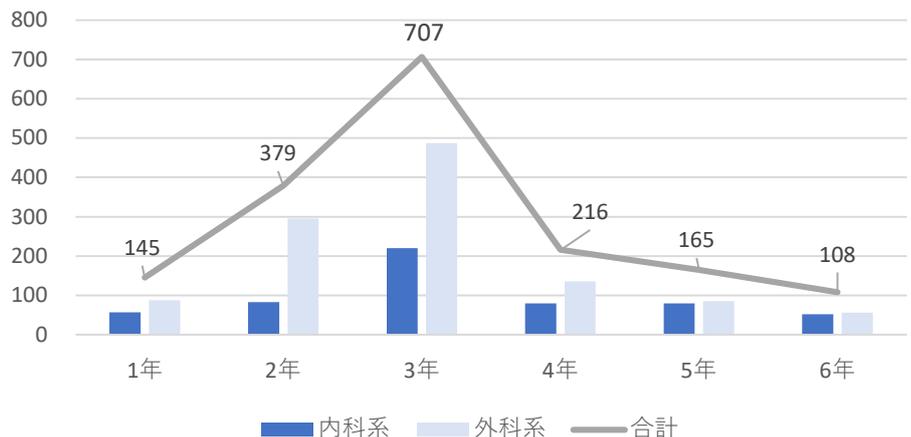
1年間の健康生活を振り返ろう

## 1年間の保健室利用状況とふりかえり

この1年間、あなたは健康にすごせましたか？  
4月から2月末までの保健室の利用状況をお知らせします。平久小学校でどれくらいの方が保健室を利用したか確認して、来年度の生活に活かしましょう。



学年別 保健室来室者数 (4月～2月27日)



# 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



3月3日は耳の日です。みなさんは音楽を聴いたり、動画を観たりするとき、ヘッドホンやイヤホンを使う人が多いと思いますが、長時間大きな音を聞くと、耳の中の細胞が壊れ、音が聞き取りにくくなる危険があります。使うときは、

- ・まわりの会話が聞き取れる音量で！
- ・1時間に1回、10分ほど休憩をとる！ことを守りましょう。

## みみの健康チェック！

一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



### 保護者の皆様へ

#### 【保健調査・健康診断について】

今年度も、様々な保健活動にご協力いただきありがとうございました。

4月からは、春の定期健康診断が始まります。この1年でお子さんの健康上、気になることや前年との変更点等があれば保健調査に記入してください。また、緊急連絡先に変更があれば、必ず記載してください。緊急時、すぐに連絡がつくよう、職場の番号も併記していただくと助かります。

#### 【貸し出し品について】

学校より貸し出した保冷剤や保冷剤カバー、着替え、上履きがご自宅にあるようでしたら、お子さんに持たせてください。よろしく願いいたします。