ほけんだより３月

☆お子さまと一緒にお読みください☆　　令和３年３月号　柿岡小保健室

春らしいやわらかな日差しになってきました。花のつぼみがふくらみ，みなさんももうすぐ新しい学年に変わります。１年間，毎日ていねいな手洗いやマスク着用など，感染症にかからないよう本当によくがんばりました。

これからも健康な生活を続けて，元気に過ごしましょう。

音を聞いたり，からだのバランスをとったりするはたらきがある耳。
大切にしていますか？

耳に異物をいれない

耳かきを奥までいれない

片方ずつおさえて鼻をかむ
（鼻と耳はつながっています）

耳のそばをたたかない

耳元で大声をださない

保健室でよく聞く言葉

「マスクを持ってくるのをわすれました～」
「外で遊んでいたらなくしました～」「よごれてしまいました～」

予備のマスクを持たせてくださいますようお願いします。また，学校で渡した場合は，次の日以降に新しいもの（使い捨てマスク）を返していただいています。ご協力ありがとうございます。

「ハンカチを持ってくるのをわすれました～」

毎日，手を洗います。洗濯したハンカチを持ってきましょう。さらに，忘れたときのために予備のハンカチがあると安心です。

「ティッシュをください。花粉症で鼻水が出ます」

毎月行っている“清潔調べ”には，ティッシュの項目があります。花粉症や鼻炎で鼻をよくかむ人は，学校に箱ティッシュ（必ず名前を書きましょう）を持ってくるといいと思います。その場合は，連絡帳等で担任に伝えてください。

おうちの方へ

３月中に健康手帳を持ち帰ります。ご確認後，６年生以外は学校までお戻しくださいますようお願いします。

３，４月分の健康観察カードをお配りしました。春休み中の体温を記入する欄がありますので，ご協力よろしくお願いいたします。また，６年生は入学式の日に中学校へご提出ください。