

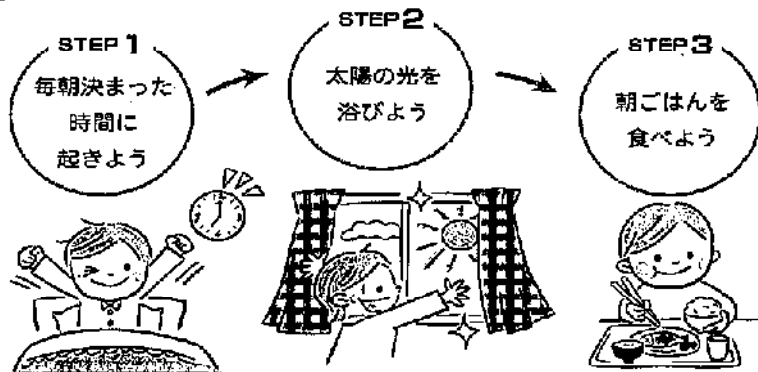
ほけんだより 3月

令和6年2月29日
学校法人須磨浦学園
須磨浦幼稚園

今年度もあっという間にまとめの3月です。1組さんは小学校へ、2組、ひよこ組、たまご組、どんぐり組のみなさんも学年が上り、もうすぐ新しい生活が始まりますね。その準備の一つとしてやっていただきたいのが、『健康面の見直し・振り返り』です。この1年間で、何かしらの病気やケガはありませんでしたか？そして、いま調子が悪くなったりケガをしていたりするところがあれば春休みのうちに受診し、できれば治しておいてください。これから迎える新年度、病気やケガを予防し、ドキドキ・ワクワクの初めの一步を元気に踏み出したいですね。



春休みも生活リズムをきつくる朝の3ステップ



日本スポーツ振興センターの災害共済給付制度について

申請は**2年以内**に!

学校管理下でけがなどをして医療機関を受診した場合は給付金が支給されます。申請もれはありませんか？

耳のはたらき あなたの耳も大切に

【はたらき:その1】音を聞きます
からだの外の「耳かい」で集めた音が「こまく」をふるわせます。ふるえは「耳小骨」「かぎゅう」をとおり、その信号が神経を伝って脳に届き、「聞こえた」とわかります。



【はたらき:その2】バランスをとります
耳の奥にある「さんはんきかん」でからだの回転を、「前庭」でかたむきを感じとっています。それらの信号を脳で受け、からだがおれないように手や足を動かします。



耳を大切にするためには？

- 耳そうじは入口近くをやさしく
- 鼻は片方ずつ静かにかむ
- イヤホン・ヘッドホンは使う時間と音量に注意
- たたかない・引っばらない

3月3日 耳の日

注意！子どもの耳のトラブル



外耳炎 (主な症状) 耳の痛み、かゆみ、聞こえが悪い など

耳の入口から鼓膜までの間(外耳)に起こる炎症です。耳垢がたまりすぎて発症することもあるが、逆に耳掃除の際についた傷から感染することもあります。耳かきのしすぎにもご注意ください。

中耳炎 (主な症状) 耳の痛み、耳だれ、聞こえが悪い、発熱 など

子どもは鼻と耳を繋ぐ管が太く短いため、感染症をきっかけに中耳炎を発症することが多いです。風邪の後に耳を気にするそぶりがあるときは要注意です。

みんなときは

耳鼻科へ

- 耳が痛い
- 聞こえづらい
- 耳がつまった感じがする
- 耳鳴りがする
- 耳だれが出る

