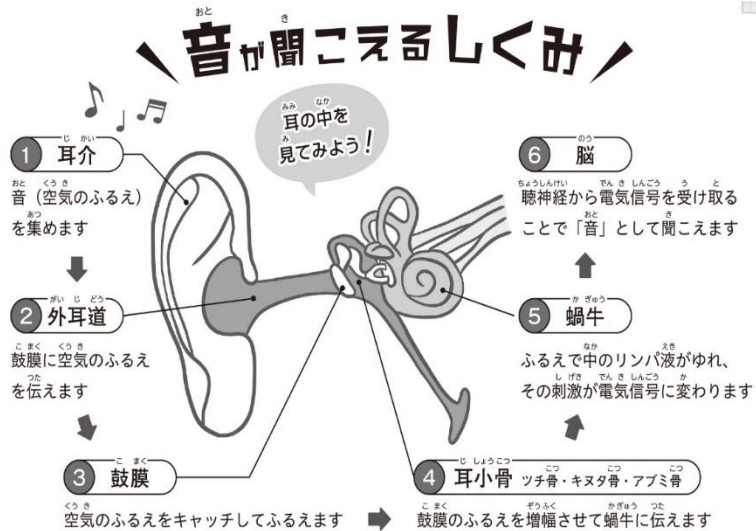


ほけんだより 3月

令和6年3月1日 枚方市立東香里中学校 保健室

寒さも和らぎ、春のあたたかさを感じられるようになりました。いよいよ、今年度も残りあと少し、この一年で大きく成長したみなさんの姿を頼もしく感じています。卒業や進級をひかえたこの時期、後悔することのないよう一日一日を大切に過ごしてくださいね。



こんなときは
耳鼻科へ

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

「あれ？ 変だな」と思ったら、早めに受診しましょう。

あたりまえを「ありがとう」に



「あたりまえ」とは、そうあるべきこと（=当然）や、ありふれていること（=普通）という意味。一方「ありがとう」は、めったにない・めずらしいことを意味する「有り難い」からできた言葉で、みなさんが知っているように感謝の気持ちを表します。

3月9日は「サンキューの日」。やってもらって「あたりまえ」ではなく、「いつもありがとう」と伝えられたら、ちょっとだけハッピーになれるかも!?

保護者の方へ

健康管理個人票をはじめ、毎年多くの問診票への記載、けがや体調不良の際のお迎え、お子さまの調子をお知らせいただくお電話やご来校など、4月からのご協力をありがとうございます。新年度になりましたら、また複数の保健書類の提出をお願いすることになります。いずれも、お子様の健康を守り、安全に学校生活を送っていただくために必要なものですので、期限を守っての提出にご協力をお願いします。

スポーツ振興センター災害共済給付制度、未申請書類提出のお願い

学校管理下（休み時間や登下校を含む）でのケガで医療機関を受診した報告をいただいたご家庭には、医療費請求の申請のための書類をお渡ししています。申請には期限があります（災害発生日から2年）。卒業を控えた6年生は特に、急ぎ必要書類の提出をお願いします。お手元に申請用紙がない、申請を辞退する、ご不明点がある場合等は、担任または養護教諭にご連絡ください。よろしくお願いします。

枚方市安全共済会災害共済給付制度について

令和6年度加入同意書の提出にご協力いただきありがとうございます。締め切りは3/6（木）です。次年度以降は自動更新となりますのでお知りおきください。



参考：(株)日本学校保健研修社発行 月刊誌「健」・(株)東山書房「健康教室」より引用 イラストや写真の二次利用はお断りいたします。

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。