



みみ たいせつ  
・耳を大切にしよう

けんこうせいかつ ほんせい  
・健康生活の反省をしよう

6年生のみなさん、ご卒業おめでとうございます。中学校へ進学し、新たな一歩をふみ出す、みなさんのことをこれからも応援しています。

そして、知念小学校のみなさん、この一年間で、体も心も成長しました。お友達との関係や勉強のことなどで悩んだこともあったかもしれません。また、次の学年でも成長できるよう、この一年間のできごとをふりかえる時間をもてるといいですね。

### 中耳炎に気をつけよう

中耳炎は、耳の中にある中耳がはれたり、痛んだりする病気です。中耳や上咽頭（鼻の奥）をつないでいる耳管を通じて、鼻やのどからばい菌が入り込むことで起こります。子どもは、かぜをきっかけに中耳炎になることが多く、放っておくと、難聴になってしまうこともあります。

中耳炎には、急に悪くなる「急性中耳炎」、炎症が長く続く「慢性中耳炎」、耳の中に液がたまって耳の聞こえが悪くなる「滲出性中耳炎」などがあります。

中耳炎にならないために、次のことに気をつけましょう。

- ①かぜをひかないように、ふだんから規則正しい生活をする。
- ②耳をいつも清潔にしておく。
- ③「耳が痛いな」と思ったら、病院に行く。
- ④鼻は反対側の鼻をおさえて、片方ずつかむ。



### 保健室の1年間



けがの件数

516 件



病気の件数

606 件



相談の件数

20 件

どのくらい利用したかな？

みんなの健康のふりかえり

### 保護者の方へ

#### 新年度において春休みの間に準備を

\*春休みは1年間の健康をふりかえるよい機会です。元気に新年度を迎えることができるよう、むし歯や目・耳の不調など、お子さんに気になるところがありましたら、受診や治療をおすすめします。

\*保健室から衣服を借用したご家庭は、返却をお願いします。

\*1年生から5年生には、次年度の健康診断や保健安全管理で使用する書類を、お渡ししています。書類の提出は、4月8日(水)始業式の日となっています。記載する書類がたくさんありますが、ご協力よろしくお願いします。