

げんきかな

令和6年（2024年）3月4日

長浜養護学校 保健室 No.13



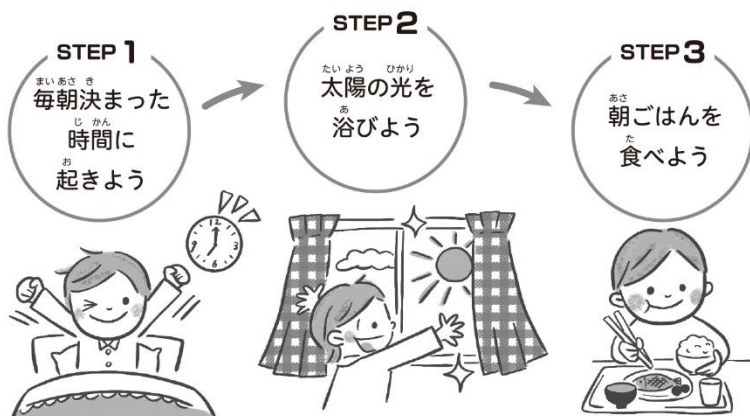
うらかな春の日は差しの中、そよ風が吹き渡る様子を「風光る」と表現するよう
です。暖かい日には、外に出たくなりますが、春の風や寒暖差には気を付けて
ください。夕方から急に冷え込むこともありますので、上着を持ち歩いたり、
重ね着をして、風邪を引かないようにしましょう。



3月の予定

4日（月）身体測定（中学部）
7日（木）身体測定（小学部）
8日（金）身体測定（小学部）
身体測定（保健相談）

生活リズムをつくる朝の3ステップ



3月9日はサンキューの日

ありがとうカード

お家の人や先生に、
1年間の「ありがとう」の
気持ちを書いて渡してみてね。



例

- 一緒に遊んでくれて「ありがとう」
- いつもごはんを作ってくれて「ありがとう」

ありがとうカード

_____ さん

_____ より

新年度も「ありがとう」が
あふれる1年に。

3月3日は耳の日

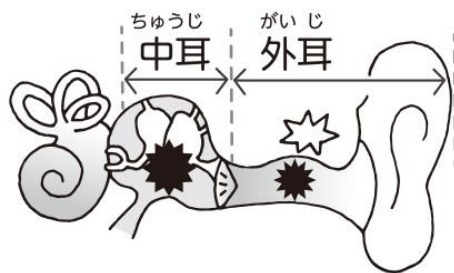
◆子どもに多い耳のトラブル◆

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。



耳垢は耳の皮膚が剥がれ落ちたものと、汗や分泌物、ホコリなどが一緒になり作られます。私たちが食べたり話したりするあごの動きで、耳の穴の外まで運ばれ、外にぽろっと出てくるのです。耳の穴は、自分で自分をキレイにしているのですね。耳掃除は、奥までせず、外側から3分の1までで十分ですよ！

かんせんしょうじょうほう

感染症情報 (滋賀県)



インフルエンザ⇒前週より減少していますが、引き続き警報が発令されています。

咽頭結膜熱(プール熱)⇒前週と比べ横ばいで、「例年より非常に多く」報告されています。

溶連菌感染症⇒前週と横ばいですが、長浜保健所圏域では多く報告されています。

【滋賀県感染症情報センターより】

本校でも、2月はインフルエンザでお休みの人が、数名みられました。まだまだ、滋賀県内ではインフルエンザも流行っていますので、生活習慣を整え、十分な休息を取るとともに、手洗い、換気等にも気を付けてください。