

# ほけんだより 3月号



向日が丘支援学校  
保健室  
令和6年3月1日

令和5年度、最後の月になりました。今年度は新型コロナウイルス感染症が5類に引き下げられ、少しずつ感染症対策が緩和されてきました。一方で、インフルエンザの流行が秋頃からみられ、京都府内でも例年よりも長い期間インフルエンザに注意が必要でした。日頃から保護者等の皆様には、お子さんや御家庭での体調管理についても御配慮いただき、大変感謝しております。引き続き基本的な感染症対策と、体調管理をお願いします。



## 3月の保健行事

### 《体重測定》

- 4日(月) 中学部
- 5日(火) 高等部 (1~2年生)
- 7日(木) 小学部

### 《学校保健委員会》

5日(火)



## みんなの保健室利用状況(令和6年1月31日現在)

### 保健室を利用した人

1606人 (1日平均約10.2人)

- \*小学部 845人
- \*中学部 224人
- \*高等部 537人



### 来室が多かった月

6月 (282件)

2番目に多かったのは5月241件でした。

多い曜日は、1番火曜日、2番月曜日でした。



### けがの手当てで来た人

1,092人

一番多かったけが→切り傷、すり傷  
多い曜日は、1番火曜日、2番月曜日でした。



### 具合が悪くて来た人

内科的理由 498人

多い曜日は、月曜日、火曜日、金曜日と同じ人数でした。

心理的理由 16人

多い曜日は、1番火曜日、2番水曜日でした。



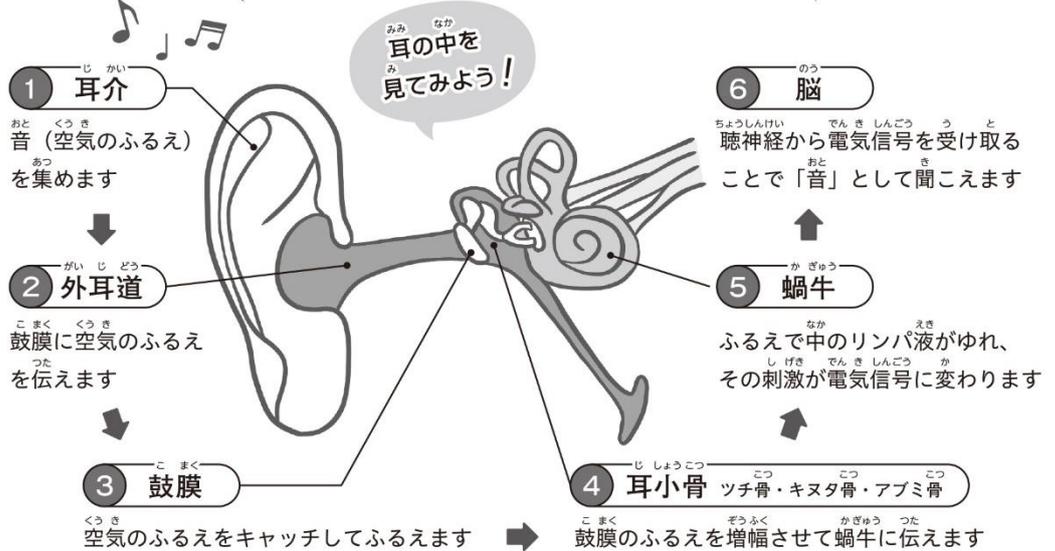
昨年度よりも100人近く多い来室でした。

昨年度まではコロナの流行により、軽い風邪症状の人もお家で静養されていたこともありましたが、コロナが5類に引き下げられたことも影響しているのか、内科的理由の来室が160人ほど増加しました。

3月3日は



# 音が聞こえるしくみ



## 耳がイヤなこと、していないかな?

耳そじをたくさんする

イヤ



どうしてイヤなの?

ほとんどの耳あかは自然に外に出ていくから、耳そじは2~3週間に1回で十分。耳かきは耳の中を傷つけてしまうことがあるから、綿棒で耳の入り口あたりをやさしくふき取るくらいに。



鼻を思いつりかむ

イヤ



どうしてイヤなの?

鼻と耳は奥でつながっているから、左右の鼻を思いつりかむと、細菌がたくさん入った鼻水が耳のほうに流れ込んでしまうことがあるよ。鼻をかむときは、片方ずつゆっくりかんでね。



イヤホンで、大きな音を長い時間聴く

イヤ



どうしてイヤなの?

何度もくり返すと、耳の中の細胞が傷ついて聞こえにくくなる「イヤホン難聴」になるかも。音量は周りの人の声が聞こえるくらいにしよう。1時間聴いたら10分休む、1日1時間だけにするのも。



こんなときは

### 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



「あれ? 変だな」と思ったら、早めに受診しましょう。耳鼻科検診で症状があると言われた人は、春休みの間に一度受診されることをおすすめします。

