

ほけんだより

2019(H31). 3. 1

茨木市立畑田小学校



3月3日は、耳の日です。耳の働きは音を聞きとったり、音のする方向がわかるだけではありません。耳の奥には体の回転や傾きを感じ取る三半規管と呼ばれる器官があって体のバランスをとる役目もしています。

3月9日は「サンキュー」で「ありがとう」の日です。「ありがとう」の言葉は、言った方も言われた方もどちらも笑顔にする魔法の言葉だと思っています。保健室でケガの手当をしたあと、休養したあと「ありがとうございました」といってくると先生はとてもうれしくなります。いつも当たり前前に接してくれるお母さんやお父さん、お友達や先生・・・「わざわざ口に出して言わなくても」と思わず、うれしい気持ちをドンドン言葉にして相手に伝えてみましょう。

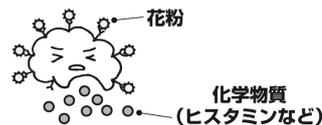
3月9日は
ありがとう (サンキュー) の日



手話で
「ありがとう」
は???

手の甲に、もう片方の手を直角に当て、その手を上にあげます。

花粉の季節になりました。



花粉症は「アレルギー」の一種です。人の体には病気をおこしそうなばい菌やウイルスが入ってくると、体の外に追い出そうとする「免疫」の働きがあります。アレルギーはこの免疫が強く働きすぎた状態のことです。体に入ってきた花粉に反応して、クシャミ・鼻水・せき・皮膚のあれ・目のかゆみ等がおきてしまいます。花粉症をもっているの人にとってはこの時期はつらいですが、上手に花粉症とつき合しましょうね。

かぜに似てるけど……
花粉症の特徴は?

れんぞくで連続して出るくしゃみ



サラサラとしたみず水っぽい鼻水



めのかゆみ



つら～い花粉症 こうしてふせごう

<p>いえ、はい、まえ 家に入る前に花粉をおとそう</p>	<p>うちの人と天気予報で花粉の情報をチェックして、多いときは外出をひかえよう</p>
<p>外から帰ったら、顔を洗って、うがいをしよう</p>	<p>【花粉が飛びやすいとき】 ●晴れて、気温が高い ●前の日が雨 ●乾燥していてかぜ風がつよい</p>
<p>すいみんを十分に とって、ストレスを ためないようにしましょう</p>	

