

ほけんだより

令和6年3月5日

第12号

川口市立幸町小学校保健室

病気・けがの予防に…

大切な『見直し』『ふりかえり』

今年度も、あっという間にまめの3月。6年生は中学校へ、1年生から5年生は学年が上がります。もうすぐ新しい生活が始まりますね。その準備のひとつとしてやっておいてほしいのが、『健康面の見直し・ふりかえり』です。

この1年間で、何かしらの病気やけががあった人も少なからずいることでしょう。これからむかえる新年度、病気やけがを予防し、もっと健康にすごすために「手洗いができていなかった」「つかれていた」など、なぜそのとき病気やけがになったのかをあらためて考えてみるのがとても大切なのです。



そして、いま調子がよくなかったりけがをしていたりするところがあれば春休みのうちに受診し、できればなおしてしましましょう。ドキドキ・ワクワクのはじめの一步、元気にふみ出したいですね！



1年生親子歯みがき教室

2月29日（木）に1年生親子歯みがき教室が開催されました。講師に、倉田歯科クリニックより学校歯科医の倉田豊先生と歯科衛生士の木村千晶さん、なんば歯科より学校歯科医の難波夏生先生にお越しいただきました。6歳臼歯の紙芝居を見せていただいたり、歯の健康に関するクイズに答えたり、「なぜむし歯になるの？」「むし歯にならないようにするには？」など多くのことを学びました。特に奥歯のみがき方では、口の横からみがくみがき方を教えていただき、みんなが歯みがき名人になっていました。歯みがき教室後半では、講師の先生方に「むし歯になるとどのくらいいたいなの？」「歯をけずるのはいたいなの？」「子どもの歯がむし歯になったら、大人の歯はだいじょうぶなの？」など多くの質問がありました。

保護者の皆様、平素より本校の学校歯科保健活動にご協力ありがとうございます。今回の講話内容をご家庭での歯科保健に役立てていただければ幸いです。

耳のはたらき あなたの耳を大切に

【はたらき:その1】音を聞きます

からだの外の「耳かい」で集めた音が「こまく」をふるわせませす。ふるえは「耳小骨」「かぎゅう」をとおり、その信号が神経を伝わって脳に届き、『聞こえた』とわかります。



【はたらき:その2】バランスをとります

耳の奥にある「さんはんきかん」でからだの回転を、「前庭」でかたむきを感じとっています。それらの信号を脳で受け、からだがおれないように手や足を動かします。

