

# ほけんだより

令和7年3月3日 No.14  
朝霞市立朝霞第二小学校  
保健室



3月の保健目標: 1年間の生活を振り返ろう

## 感染症対策、あとひと踏ん張りです!

2月はインフルエンザにかかった人はほとんどいませんでした。代わりに新型コロナウイルス感染症にかかった人が複数みられました。例年、4月ごろまではインフルエンザB型の流行のおそれがあります。感染症対策もあとひと踏ん張り、頑張りましょう。

### ◎2月に二小で見られた感染症◎

- ・新型コロナウイルス感染症
- ・溶連菌感染症
- ・インフルエンザ



感染症の予防には、手洗いが効果的です!引き続き、予防していきましょう。

3月3日は「耳の日」!

## やりすぎ注意! 耳そうじ

耳そうじをするととれる耳垢には、殺菌効果や虫などの侵入を防ぐといった大切な役割があります。しかも耳垢は自然と耳の外に出ていくので、基本的に耳そうじの必要はありません。耳そうじのやりすぎは、耳の中を傷つけたり、耳垢を奥に押しやって耳が詰まったりする原因にもなります。

### 理想的な耳そうじの仕方

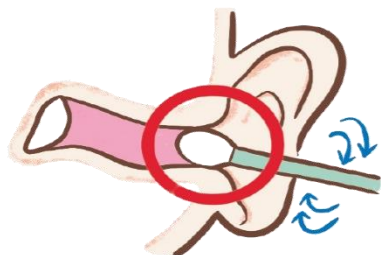
2、3週間に1回くらい



座ってする



入口のあたりを優しくこする



## 3学期身体計測結果

3学期に行った身体計測の結果です。今回は年度の初めに測定した結果と比べてみました。どの学年も、大きく成長しましたね。成長には個人差があります。自分の結果と比べることなく、あくまでも参考にしてください。

		1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生
身長 (cm)	男子	120.8	127.1	132.3	138.5	144.6	152.1
	4月と比べて	+4.4	+4.4	+3.9	+3.5	+4.5	+5.9
	女子	120.8	126.2	131.7	139.0	145.3	150.5
	4月と比べて	+4.8	+4.2	+4.4	+4.7	+5.0	+3.2
体重 (kg)	男子	22.9	26.6	29.6	34.9	36.8	43.0
	4月と比べて	+1.9	+2.4	+2.5	+2.5	+2.8	+4.2
	女子	23.3	25.4	28.2	33.3	38.9	41.4
	4月と比べて	+2.4	+2.1	+2.1	+2.9	+3.5	+2.9



「ありがとう」は言った人も言われた人も心が温かくなるまほうの言葉。日頃の感謝を言葉にして伝えてみましょう。

### ～保護者の方へ～

#### スポーツ振興センターの申請忘れはありませんか?

学校管理下でけがをして病院を受診した場合、日本スポーツ振興センターの災害共済給付の対象となります。申請忘れはないでしょうか。受診から2年が経過すると申請できなくなります。今一度、ご確認ください。申請書類が必要な方は、担任または養護教諭までご連絡ください。6年生で、4月以降も受診が続く場合、中学校でも継続して給付を受けることができます。(初診から最長10年間継続して給付を受けることができます)。