

3月になりました。いよいよ迎える卒業の季節です。小学部6年生、中学部3年生、高等部3年生の皆さんご卒業おめでとうございます。春とはいえ吹く風にはまだ冷たさが残ります。また、新型コロナウイルスにも注意が必要です。感染予防と体調管理に気をつけて、今年度最後の月を過ごしてほしいと思います。

## ■今月の保健行事



日・曜	行事	学年	日・曜	行事	学年	日・曜	行事	学年
1日(月)	体重測定	高3年	4日(木)	体重測定	高2年	10日(木)	体重測定	高1年
2日(火)	体重測定	中3年	5日(金)	体重測定	中2年	15日(金)	体重測定	中1年
3日(水)	体重測定	小5・6年	9日(火)	体重測定	小3・4年	16日(火)	体重測定	小1・2年

## 3月3日は耳の日です！

「耳の日」は、実は日本だけの物ではありません。WHO世界保健機関が定めた「国際耳の日」でもあるそうです。数字の3が耳の形に似ているのは世界共通なんです。

私たちの耳は、普段から様々な音にさらされています。それらの音を聞き分け、私達に多くの情報を与えてくれたり危険を知らせたりしてくれる大切な体の器官である耳が十分に働けるように、耳を休ませてあげることが大切です。最近は便利なイヤホンで気軽に音楽を楽しむことができますが、長い時間大きな音を聞くのは難聴の原因にもなります。時間を決めて聞くようにしましょう。



## 子どもに多い耳の病気

### 急性中耳炎

#### どんな病気？

中耳に入り込んだ細菌やウイルスによって急性の炎症が起こり、膿がたまる病気です。カゼをひいたときに、鼻やのどの炎症に続いて起こることが多いです。

#### 症状は？

- ・ズキズキとする激しい耳の痛み
- ・発熱
- ・耳だれ
- ・耳がつまった感じ など

#### 注意点は？

途中で治療をやめると、滲出性中耳炎などに移行することも。最後まできちんと治療するのが大事です。



### 滲出性中耳炎

#### どんな病気？

鼓膜の奥の中耳腔という部屋に、液体が溜まる病気です。

#### 症状は？

聞こえにくくなることが多いです。ただし、軽度だと気づくのが遅れることも。

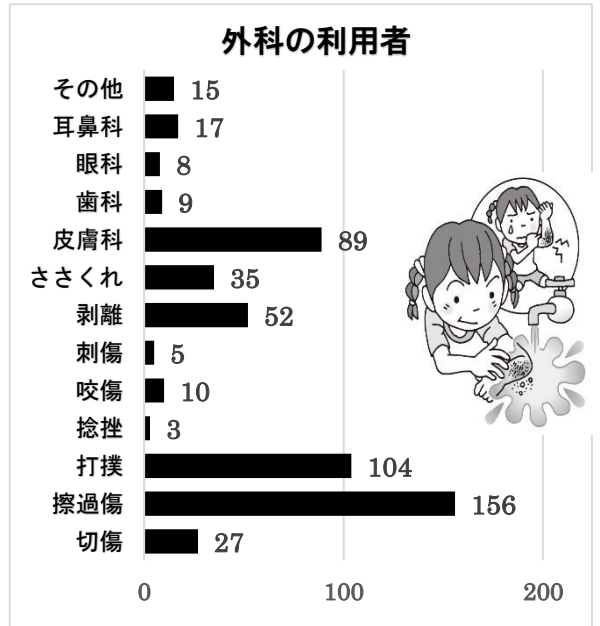
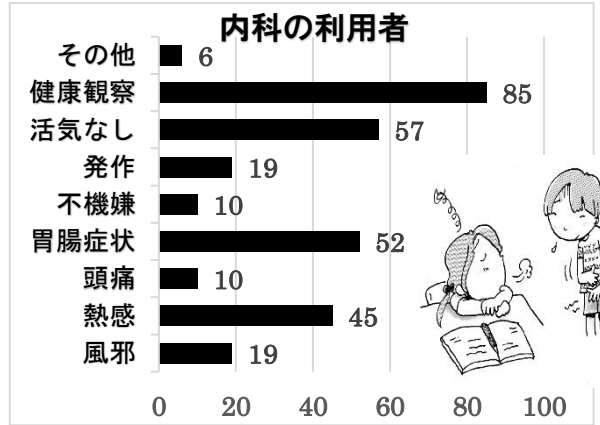
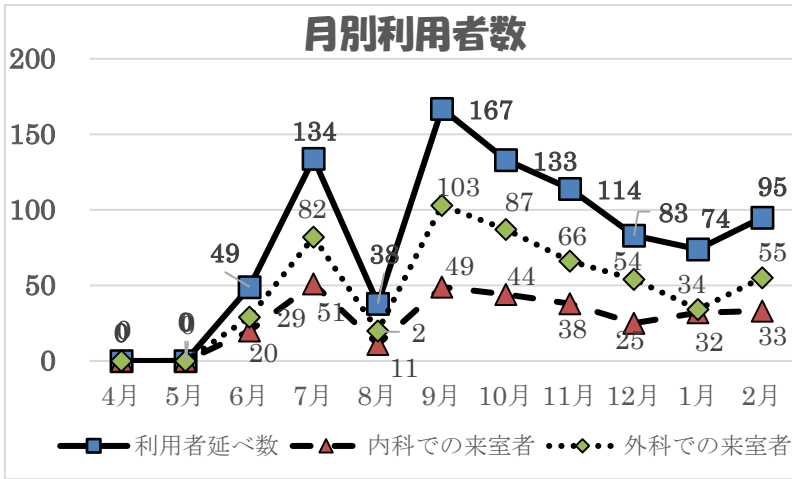
- ・テレビのボリュームを上げたがる
- ・呼びかけても返事をしない

などが見られたら注意が必要です。強い痛みや発熱はあまり見られません。

#### 注意点は？

治療が不十分だったり、放置すると入院や手術が必要になることも。長期戦になるケースも多いですが、根気強く通院を続けてください。

# 今年度の保健室利用状況



今年度は6月の学校再開からの利用状況ですが、利用者数は月平均では昨年度とあまり変わってはいません。(昨年度約102人、今年度約98人)

例年は年度初めの5月6月に利用者が増えますが、今年度は2学期始めの9月がピークとなりました。内科利用者の内訳は、健康観察での利用者が増え、熱感や風邪症状での来室が減りました。感染症対策によってインフルエンザや風邪にかかる人が減ったことによるものと思われます。今年度のインフルエンザ罹患者は0人です。そのためでしょうか、内科と外科の割合は4対6で外科処置がやや多くなりました。外科処置の内容は例年と変わってはいませんが、手洗いや消毒が関係しているのか、ささくれや手荒れでの来室が増えました。

医療機関への受診や体調不良でのお迎え等、保護者の方にご心配をおかけしたこともありましたが、ご理解とご協力ありがとうございました。

**1年の振り返りを、4月から始まる新しい生活につながるようにしていきたいと思いを。**

## 1年間の生活を振り返ってみよう!

- はやね・はやおきができた
- 好ききらいせずに食べた
- 元気よくうんどうをした
- 食後には歯をみがいた
- 手洗い・うがいをしっかりおこなった
- テレビやゲームは決めた時間だけにした
- みんなとなかよくできた
- いつも楽しく笑顔ですごせた

今年を振り返って、健康的な生活ができたか考えてみましょう。苦手だったことは、また頑張れるといいですね。

そして感染症対策も必要です。マスク、手洗い、換気、密を避ける等を続けていきましょう。

