

# ほけんちより 3月

少しずつ寒さも和らぎ、春の気配が感じられるようになってきました。もうすぐ新しい学年へ進級・進学します。去年の4月に今の学年がスタートした時と比べると、みんな見ちがえるように大きくなりましたね。いろいろなことをがんばってきたみなさんの心と体は確実に成長しています。

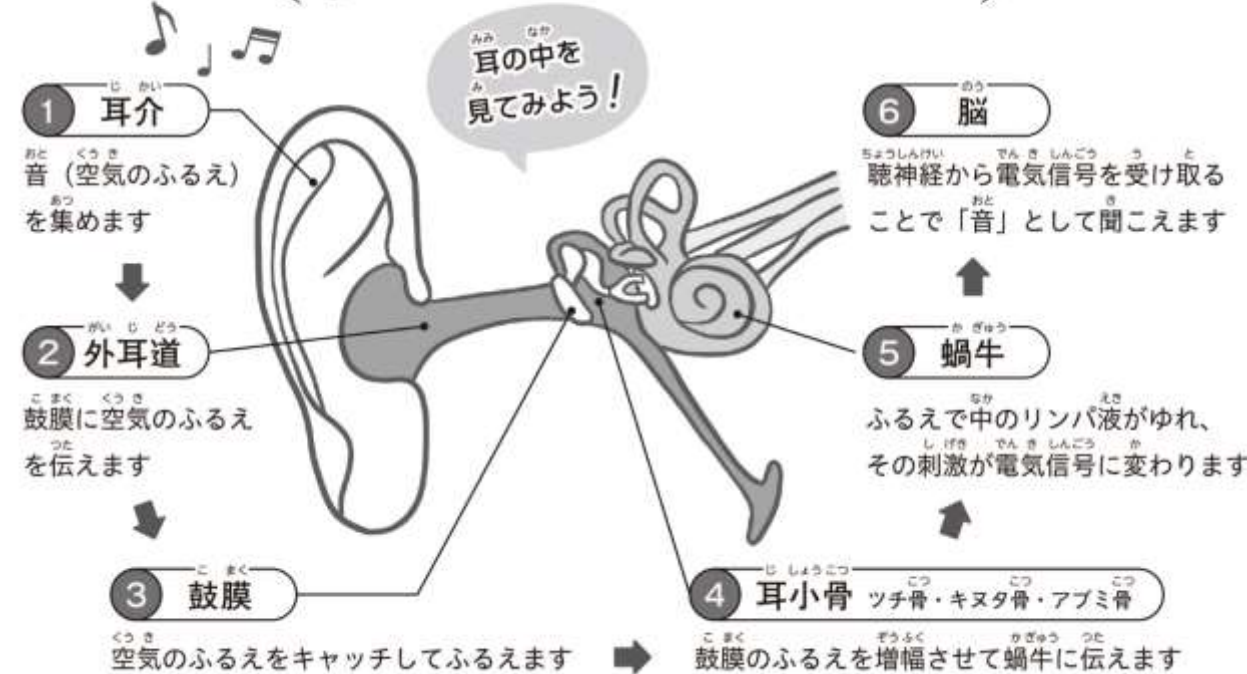
誰かと比べたり、あせったりする必要はありません。自分のペースでこれから新しい学年へ向けてステップアップしていきましょう。

3月3日は



周りの人の話し声や車の音、鳥のさえずりや雨の音など、みなさんはいろいろな音を頼りに生活しています。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・耳だれが出るなど、「あれ？変だな」と思ったら、早めに耳鼻科を受診しましょう。

## 音が聞こえるしくみ



保健目標

ねんかん けんこうせいかつ  
**1年間の健康生活をふりかえろう**

みみ けんこう き  
**耳の健康に気をつけよう**

**1年をふり返ろう!** 「できた!」と思うものに〇をつけてね

 早寝・早起きができた	 毎日朝ごはんを食べた	 食後に歯みがきをした
 石けんで手洗いをした	 元気に体を動かした	 友だちと仲よくした

しんがっき す  
**新学期までに済ませておこう**



身のまわりの整理

借いたものを返す

洋服や靴のサイズ確認



気になるところの治療

今年度の歯の治療率は「94%」です。食後の歯磨きをていねいに行い、これからも大切な自分の歯を守ってくださいね。