

ほけんだより3月

令和4年3月1日
広島県立西条特別支援学校

3月に入り、学年のしめくくりの月になりました。それぞれ卒業・進学・進級に向けて、期待と不安を感じていることと思います。次のステージでの活躍を心から楽しみにしています。

3月3日は



耳の日

音を聞いたり、体のバランスをとるためにとても大切な働きをしている耳。でもふだんは耳についてあまり意識していませんよね。

3月3日は耳の日です。そこで、耳そうじの前に知っておいてほしい知識です。

そこに「耳垢」は
ありません。



耳

の穴の長さは大人で約3.5cmです。外側の3分の1は軟骨に囲まれて皮ふも柔らかいのですが、内側の3分の2は頭の骨に囲まれ、皮ふは薄く、とてもデリケートです。

この耳の穴には、すごい機能があります。鼓膜や耳の奥の皮ふは、1日に0.05mmくらいの速さで外に向かって移動します。そして外側3分の1のところまで来た皮ふは、表面からはがれ落ち、汗や分泌物、ホコリなどと一緒になるのです。これが「耳垢」。

さらに耳垢は、私たちが食べたり話したりするあごの動きで、耳の穴の外まで運ばれ、外にぼろっと出ていきます。耳の穴は、自分で自分をキレイにしているのですね。

耳そうじは外側から3分の1までで十分。その奥に耳垢はないのです。



～学校保健委員会報告～

令和3年度の学校保健委員会は書面開催で行いました。本校の児童生徒の実態と取組を資料にまとめ、配付して見ていただきました。委員の方々から寄せられた意見をご紹介します。

1 学校保健について

- ・色々な取組がされていて学校の事がとてもよく分かりました。
- ・適切に運営・実行できていると思われます。
- ・先生と一緒に手洗いをしたり、チェッカーで汚れを確認したり、生徒がわかりやすくする事もよい取り組みだと思いました。初めて聞くロスナイを使った換気も、体が弱い生徒が多いと思うので、窓を開けての換気は寒いと思っていたので、安心できます。

2 学校給食及び食育について

- ・リクエスト献立の取組、素敵だと思っています。今後は給食時間に校内放送や、TV等を使った食育の取組を期待しています。
- ・栄養バランスを考えたリクエスト献立、とても良いです。
- ・給食だよりで、旬の食材とても勉強になります。
- ・生徒が家庭科の授業で考えた献立など、よい取組だと思いました。

3 その他

- ・今後も個々の相談事例等を通して、先生方と心身の理解を深めていきたいので、相談の当事者・関係者は遠慮なく相談に参加してください。
- ・コロナの為、教室で給食を食べているので、配膳するまでに時間がかかり給食が冷たいようです。仕方ないかもしれませんが、おいしく食べられると良いです。