



ねん がつごう
2024年3月号
とちぎけんりつましことくべつしえんがっこう
栃木県立益子特別支援学校



おだやかなひさしの中はるの訪れを感じる季節になりました。

そつぎょうせい
卒業生のみなさん、ご卒業おめでとうございます。

がつ
4月から、みなさんが新しい場所、新しい学部で良いスタートが
きれることを願っています。

ざいこうせい
在校生のみなさんもあと1か月で新しい学年ですね。

ひびせいちよう
日々成長していくみなさんを見守ることができ、うれしく思います。

のこ
残り少ない3学期、元気に過ごせるといいですね。



こんげつ ほけんもくひよう
今月の保健目標

ねんかん せいかつ ふ かえ
1年間の生活を振り返ろう

ねん ぶん かい
この1年を振り返り、できたところには✓をつけてみましょう！！



3月3日は耳の日

たいせつ みみ
大切な耳の
はたらきに
ついて

- おと きく
・音を聞く
- おと ほうこう
・音の方向がわかる
- からだ
・体のバランスをとる



み み あ か
耳垢にもやくわり？

- さつ きんこう か
・殺菌効果があり細
菌などから守る
- し ぼうぶん がい じ どう
・脂肪分が外耳道を
保護する
- にが み
・苦味があり虫など
の進入を防ぐ

みみそう じ しゅうかん かい め やす
耳掃除は2週間に1回を目安に
いりぐち やさ
入口を優しくなぞるようにすればOK



～ 脳脊髄液減少症って知ってる？ ～

原因は？

頭・背中・尾てい骨を打つなど、体に衝撃を受けることによって症状が出始めます。
脳脊髄液が少しずつ漏れ出し減少することにより、さまざまな症状が起こります。
また、外傷に関係なく発症することもあります。

症状は？



頭・首・背中
腰の痛み



めまい・だるさ
吐き気・耳鳴り



集中力や思考力の低下
眠れない



脳脊髄液減少症は、いつでも誰にでも起こり得る病気です。
交通事故やスポーツ外傷、転倒など、脳脊髄液減少症となる原因があり、
上記の症状がある場合には、早期に受診し、受診の際に医師に伝えてください。
何か不明な点、疑問な点がある場合には保健室へお声かけください。



えいきゅうしとうたいさくじぎょう

永久歯等対策事業がありました



2月7日（水）にとちぎ歯の健康センターの歯科衛生士さんが来校し、小学部1年生を対象に永久歯等対策事業を実施しました。



歯みがきの様子を見てもらってアドバイスをいただいたり、口や舌の体操を教わったりしました。子どもたちが自分の歯や口の健康に興味をもつ良い機会となりました。

在校生の保護者の皆様

3月1日に通知したとおり、新年度に向け、現時点でのお子様の健康状況を把握するため、各種調査票、問診票を返却し、内容を確認していただいております。通知を御確認の上、令和6年度の該当学年の欄へ、必要事項の記入や内容の確認をお願いいたします。

回収〆切日は3月15日（金）までです。