

ほけんだより 10月

三村小学校
No.7
令和5年10月

読書の秋、芸術の秋、食欲の秋…。秋は読書や芸術を楽しみ、勉強も集中して取り組める季節です。でも、集中しすぎて目を使いすぎていませんか？ 10月10日は「目の愛護デー」です。ゆっくり目を休ませる時間も大切ですよ。



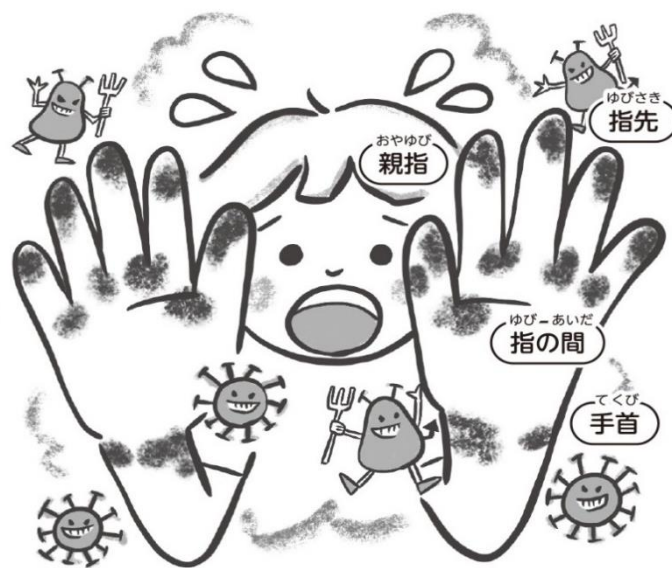
今月の保健安全目標

- 目を大切にしよう
- 集団行動の約束を守ろう





きれいな手になってる？

洗い残しが多い場所です。特に、利き手は注意して洗いましょう。



10月の保健行事日程

日にち	ぎょうじめい 行事名	がいとうがくねん 該当学年	じかん 時間	もの 持ち物
10/18 (水)	しりょくけんさ 視力検査 	1～3年生	8:10～	めがね (使っている人) 
10/19 (木)		4～6年生		

目は見えづらくなっていませんか？ めがねは合っていますか？
見えづらくなったかも…。という人は、眼科を受診してみましょう。



目、疲れてないかな？



めがかすむ

まぶたがぴくぴくする

めが充血する

目の奥が痛い

目が乾く

こんな症状があったら、目が疲れているサイン。早めに寝て、目をゆっくり休ませましょう。

保護者の皆様へ

視力検査の結果、B以下の児童にはお知らせを配付いたします。
視力がそれほど低くない場合でも、近視や遠視、乱視などの屈折異常の場合がありますので、一度眼科を受診されることをお勧めいたします。
受診・治療をされた際は、お手数ですが、「受診結果の報告書」をご記入いただき、学校までご提出くださいますよう、お願いいたします。