

ほげんだより 10月

令和4年度 10月5日 海部小学校

だんだんとすずしく、過ごしやすい日が増え、秋の気配を感じます。秋といえば、「スポーツの秋」「読書の秋」「食欲の秋」…みなさんはどんな秋を楽しんでいますか？休み時間は外で遊んで、たくさん本を読んで、給食をモリモリ食べて、寒い冬にそなえましょう！

10月10日は



10月10日は目の愛護デーです。ふだんの生活をふりかえって、目の健康をまもりましょう。

★
本を読むとき、
目との距離は？

A 10cm
B 30cm

B 30cm

手のひら
2つ分が
ちょうど
いい距離

★
勉強中だけど…
よくないところは？

★
寝ころんでいること

姿勢よく
座って
勉強
しようね

★
視力検査に使う、
この
名前は？

A ドーナツ環
B ランドルト環

B ランドルト環

ランドルトさんが考えた
世界共通の記号だよ

★
ゲームやスマホを
使うときは？

A 時間を決めて使う
B 目が疲れたらやめる

A 時間を決めて使う

小学生の使用目安は
「1日1時間」

1時間

チャレンジ！

目のクイズ

★
トンボの目は
何個ある？

A 2個
B 30,000個

B 30,000個

小さな目が集まった
「複眼」で
見ているよ

★
疲れている目に
いいのは？

A バランスよく食べる
B しっかり寝る

A・B どちらも

栄養をとって
よく寝ることが
大切！

★
「目〇を下げる」
〇に入るのは？

A 尻
B 頭

A 尻

満足して
笑う様子を
表すよ

★
コンタクトレンズを
発明したのは？

A ダ・ヴィンチ
B ザビエル

A ダ・ヴィンチ

B のザビエルは
日本にメガネを
伝えたんだって

どうする？ 目にゴミが入ったとき

保護者の皆様へ



角膜を傷つけないよう
絶対にこすらない



小さいゴミはゆっくり
まばたき（涙で流す）



洗面器に水をはって
目をパチパチする



とれないときは、
眼科医院を受診

先日の耳鼻科検診では、事前問診票のご提出お世話になりました。6年生の保護者のみなさまには、修学旅行前の保健調査票のご提出・修学旅行説明会についてもお世話になりました。

耳鼻科検診の結果について、すでに受診・通院されている児童へも結果をだしています。その旨（通院中等）をご記入の上学校までご提出ください。また、9月8日（木）に耳鼻科検診が実施できていない児童に関しては10月6日（木）に近隣校で実施しますので、前日に耳鼻科検診をお願いいたします。