



ほけんだより

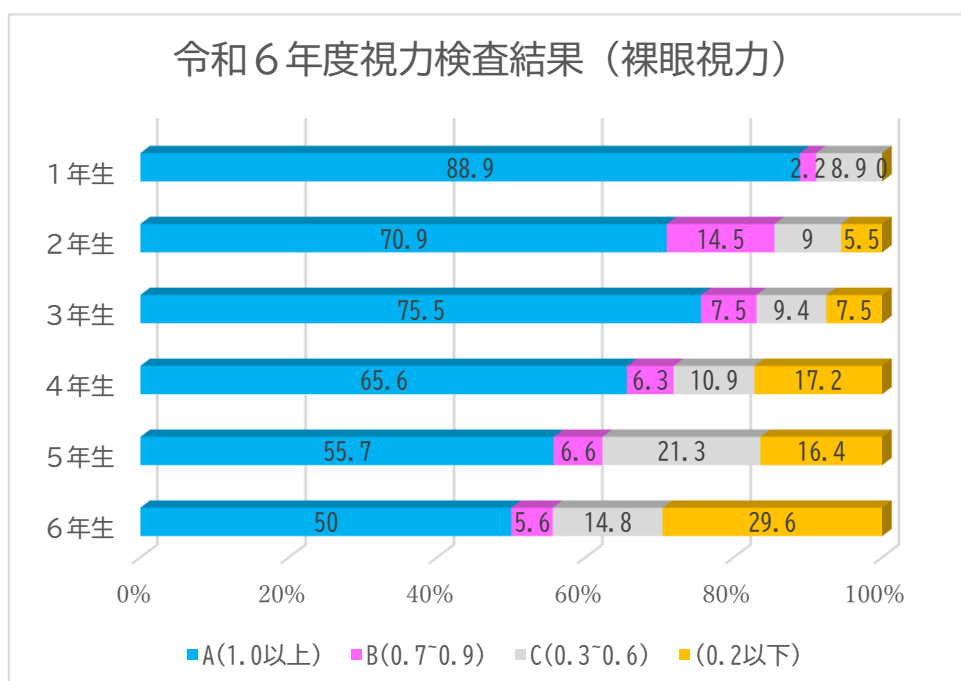


No. 4 令和6年10月1日 阿見第一小学校 保健室

今年は9月になっても暑さ指数が高く、体育や外遊びができない日が数日ありました。やっと秋らしい気候になってきたので、これから思い切り外で遊んでほしいと思います。この時期は急に寒くなったり、暑さがぶり返したり、気温差が大きいです。なるべく脱ぎ着しやすい服装で、天気(気温)予報をチェックして気温差によるかぜや体調不良を予防したいですね。

10月10日(木)は目の愛護デー

5月に行った視力検査の結果は、下のグラフの通りです。学年があがるにつれて、裸眼視力1.0未満の児童は増加し、6年生では半数が裸眼視力1.0未満でした。目の健康のためには、屋外で過ごす時間を増やし、近い所を見る作業を行う際は、時々休憩して目を休ませることが重要です。御家庭でも、ゲーム機・スマホ・タブレット端末などの使い方をもう一度確認していただけたらと思います。



お知らせ

希望者に色覚のスクリーニング検査を実施することができます。石原式学校用検査表で養護教諭が検査します。希望がある方はスクリーンや連絡帳にて御連絡ください。