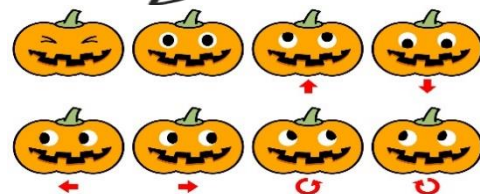




めのたいそうやってみよう



あら
すみ ずみ
隅々まで洗って
きれいな手

いしき
意識して
あら
洗ってみよう!



かぜ は や はし し き て あら
風邪が流行り始める時期になりました。手洗い
がん ば ひと おお おち すみ
を頑張ってくれている人も多いと思いますが、隅
すみ じつ あら のこ おお ば
々までできていますか？ 実は洗い残しが多い場
しょ
所があるんです。

やくざいし みやたせんせい じゅぎょう
9/5に薬剤師の宮田先生が授業をおこないました

ねんほけん 3年保健「体のせいけつ」の授業に宮田先生が来校されました。



て あら たいせつ びょうき よ ぼう ないよう
手洗いの大切さや病気の予防についての内容で、ブラックライトでよごれを

ひか 光らせたりくしゃみの時速が新幹線と同じなど、みんななるほど！となる

やくざいし じゅぎょう
薬剤師さんならではの授業でした。

は くち しつもん ぼしゅう
歯や口の質問を募集します

がっこうし か い こいけせんせい
学校歯科医の小池先生が、なんとみなさんの歯や口についての質問に答えてくれます。
こいけせんせい
小池先生からアドバイスがもらえるかもしれません★



ほけんしつまえ しつもんようし しつもん
保健室前に質問用紙と質問ボックスがあります★

ほうほう
むしばにならない方法
はありますか？



は 歯によい た もの 食べ物がありますか？

しりょくけんさ 視力検査をします

4月の視力検査を行ってから半年が経ちました。「自分の今の視力はどのぐらいだろう？」

「最近、黒板の字が見にくくなったな。」などと感じる人もいるかと思いますが。

視力検査をしてみたい人は保健室まできてください。

10月10日は
目の愛護デー



スマホ老眼は、スマホやタブレットの長時間使用で目の筋肉が緊張状態となり、凝り固まって、一時的にピント調節が上手くできなくなることを言います。



このような症状が出たら注意が必要です

一時間に一回は休憩したり、遠くの景色を見たりすると症状の軽減や予防になります。
スマホやタブレットは便利ですが、使いすぎに注意しましょう。

近視予防リーフレット

近年、子供たちの視力低下がニュースになるなど、近視の子がふえています。

日本眼科医会からリーフレットが届きました。

ご家族でご覧ください。

