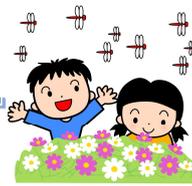


# ほけんだより 10月号



茂木小学校  
保健室  
2018.10  
NO.7

## 10月の保健目標

目を大切にしよう



朝晩は冷え込むようになり、秋も深まってきました。こうした季節の変わり目は体調を崩しやすい時期でもあります。水筒の持参は10月31日までとなっていますが、11月以降もお茶うがいや水分補給の目的で水筒持参の通知を出す予定です。10月は遠足や修学旅行、さつまいも掘りなど楽しい行事がたくさんあります。体調管理をしっかりと行いましょう。

## 10月10日は、目の愛護デー

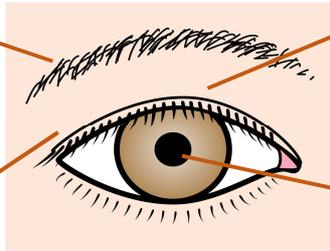
### 目はどんな働きをしているの？

#### まゆげ

おでこから流れる汗が、目に入るのを防ぐ。

#### まつげ

目にゴミやホコリが入るのを防ぐ。



#### まぶた

とっさの時、閉じて目を守る。

#### ひとみ

目に入る光の量を調整する。

## 目にやさしい生活をしよう

目にかかっていませんか？



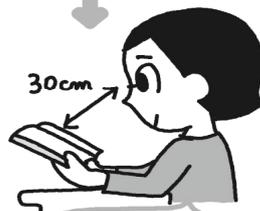
前髪は切るか、ピンでとめる

こすっていませんか？



ゴミが入ったときは、水を入れた洗面器のなかでまばたきをする

近づきませんか？



本やノートから目を30cm以上はなす

長時間になっていませんか？



テレビやゲームは時間を決め、それ以上はやめる

### 保護者の方へ

### ～色覚検査の実施について～

1年生は、全員に希望調査用紙を配布しました。希望した児童を対象に検査を行います。2年生から6年生は、昨年度までに検査をしておらず、今年度の検査を希望する場合に実施いたします。その旨を連絡帳等で担任にお知らせください。

結果につきましては、検査を行った児童全員に通知いたします。