

ほけんだより 10月号

令和3年10月8日 江戸川台小学校 保健室

10月の保健目標は **目を大切にしよう** です。

目が判定するよ

やさしい？
やさしくない？



髪の毛があたると、ぼくたちに傷がついてしまうかも。前髪は短く切るか、ピンでとめておこうね。



本との距離が近いと、ぼくたちは疲れてしまうよ。姿勢よく座ってくれてありがとう。



暗いところで本を見ようすると、すごく疲れるんだ…心地いいなど感じるくらいの明るさが目安だよ。



まばたきの回数が減って、涙がもうカラカラ…。ゲームをするときは時間を決めてね。



魚や野菜には、ぼくたちにいい栄養素が入っているよ。バランスよく食べようね。



1日中働いたぼくたちは疲れているよ。ゆっくり休ませてね。

保護者様

夏休みが明け、分散登校、短縮日課を経て、10月1日より通常日課が始まり、例年とは違うペースでの2学期スタートとなりました。お子さまのことで心配なことがありましたらご相談ください。また、9月1日より校内の女子トイレの個室に生理用品を設置しています。困っている時に使うように女子児童へ指導しています。

10月10日は目の愛護デー

10月15日は世界手洗いの日

忘れてないよね？

きちんと手洗い

外から帰ったとき

トイレのあと

せきやくしゃみをしたとき

ごはんを食べる前

