

ほけんだより 10月号

流山市立おおぐりの森小学校 ほけんしつ

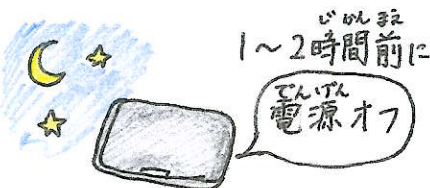
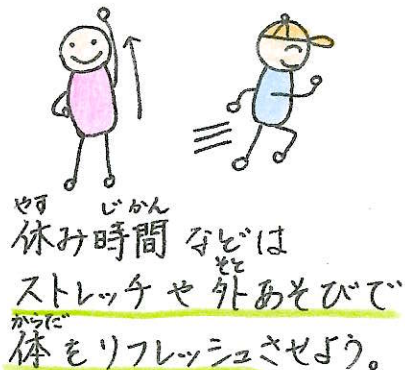
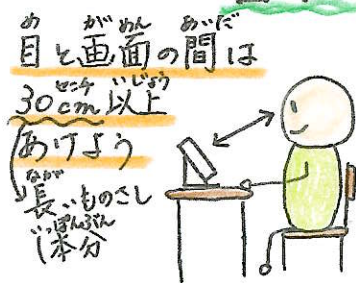
通常日課がはじまりました！ 10月8日からは各学年で校外学習をひかえています。毎日の体調管理や手洗い、マスクの着用を忘れずに、元気いっぱいにごきましょう。学校の外でできない勉強に思いきり取りこんでください。

目を大切にしよう

= 10月10日は目の愛護デーです =

タブレット学習は便利で勉強になる一方で、長時間一点を見つめ、つよい光を目に受けつづけるので、適度に使用することが大切です。

目にやさしいタブレットのつかいかに

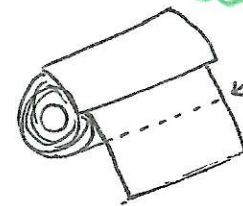


トイレをきれいにしよう

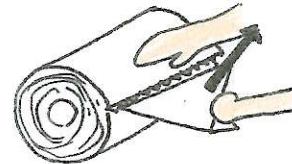
トイレットペーパーの切り方

ペーパーを両手でむりやり引っばって切ると、ちぎれたペーパーが床におちたり、ペーパーの切れ目がぐしゃぐしゃになって見た目がきれいではないことがあります。

保健委員のアドバイス



ペーパーの点線を切ると、きれいに切ることができるよ！



ペーパーに点線がないときは、ペーパーホルダーを片手でおさえて、もう片方の手でペーパーをななめ上に引きあげるように引っばるとホルダーのはれ（ギザギザ部分）にペーパーがあたってきれいに切りとれるよ！

みんなもやってみてね！

和式トイレの使い方

みなさんがふだん使っているすわるタイプのトイレを洋式トイレといいます。校外学習先によってはいつものトイレではなく、またいで使うタイプの和式トイレに出会うことがあるかもしれません。事前に使い方をしておきましょう。



- 和式トイレはすわりません。便器をまたいでしゃがみます。
- 流すときは便器の前の方にあるレバーを強くおします。
- 便器がよごれないように、できるかぎり前にすすんでしゃがみます。

和式でも洋式でも
トイレがすんだら
きちんと流そう！
トイレのめとは
手をあらおう！