

# ほけんだより 10月

城北小学校  
令和6年10月

天気もよく、気持ちよく過ごせる秋になると、食べ物が一段とおいしく感じられますね。食欲の秋がやってきます。秋が旬の食べ物を食べて、「実りの秋」を楽しみましょう。



10月10日は



目の愛護デーがなぜ10月10日なのか知っていますか？  
10・10を横にすると、人の顔の目と眉に見えるからだそうです。



私たちが

## 目をマモルゾウ



わたしは **まぶた**  
まばたきをして、目にゴミが入るのを防いだり、目が乾燥するのを防いだりしているよ。

ぼくは **まゆげ**  
目に汗が入るのを防いだり、日差しが強いときに目元にかげつく陰を作ったりしているよ。



わたしは **なみだ**  
目の乾燥を防いだり、目に入ったゴミを洗い流したりするよ。



オレは **まつげ**  
目にゴミが入るのを防いでいるよ。

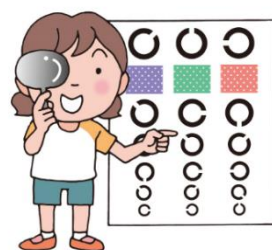


いろいろな役割をしながら、大事な目を守ってくれているよ。  
目を守るために、自分でできることもあるよ。  
それは目を使い過ぎないこと。スマホなどの画面を見るときは、30分に1回は休憩をしてね。

## 体位測定・視力検査・色覚検査（希望者）について

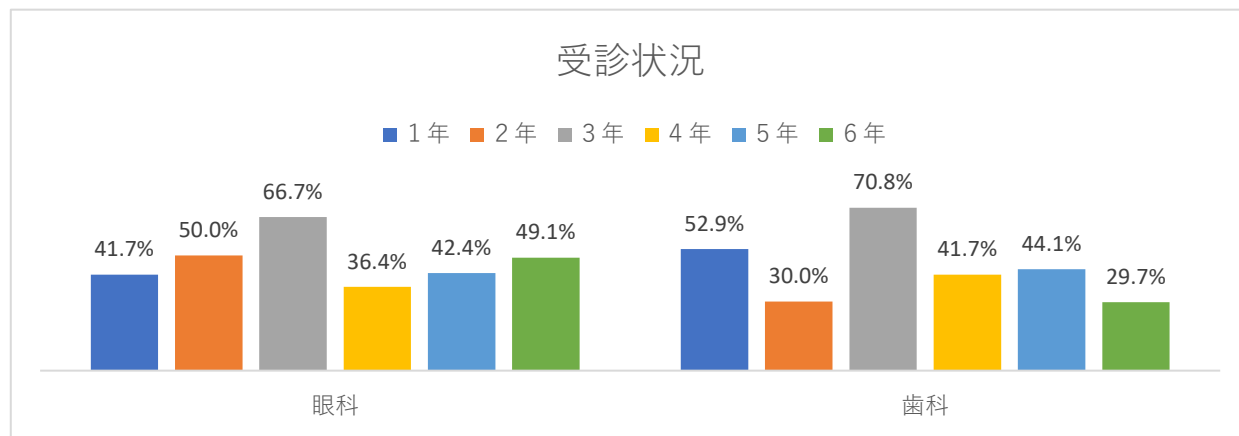
10月1日（火） 1・2年・ほくと1～4  
10月2日（水） 3・4年・ほくと5～7  
10月3日（木） 5・6年・ほくと8～10

計測終了後、「身体計測測定結果のお知らせ」を配布します。  
視力検査の結果も記入してありますのでご確認ください。  
改めて治療票は配布しませんので、心配な場合には医療機関を受診してください。



## 治療票の出し忘れはありませんか？

健康診断の結果、受診が必要な児童には治療票を配布しています。治療票の出し忘れはありませんか？児童の健康を願って、受診率100%を目指しています。まだ受診していない人は早めの受診をお願いします。



## ♥ 人権教育コーナー ♥

体調不良で保健室で休んでいる子を休み時間になると、仲の良いお友達が迎えに来てくれることがあります。休んでいた子は、迎えにきてくれたお友達の顔を見て、安心したように笑顔で教室に戻っていきます。そんな姿をこれからも保健室から見守っていきたいと思います。