

すくすく ほけんだより

広安西小学校

ほけんしつ

R5.10.2

この前、保健室に来ていた男の子が「先生、セミの声がきこえないねー」と言っていました！まだまだお昼は暑い日が続きますが、秋はもうすぐそこまできているようです。季節の変わり目は、いつもより体調をくずしやすいです。朝や夕方は肌寒い日も増えてくるので、**脱いだり着たりできる上着などを持ってきておく**と安心ですね♪



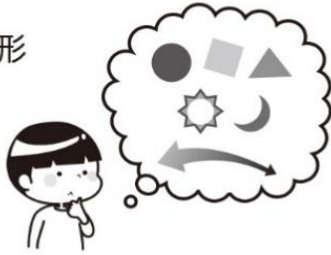
あなたの目を守るのは
あなた自身です

10月10日

目の愛護デー

朝起きてから夜ねるまでの間、目は常にまわりからいろいろな情報を取り入れています。

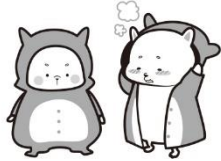
- ①ものの大きさや形
 - ②色
 - ③明るさ
 - ④遠い近い
- などなど。



そんな働き者の目を、テレビやゲーム、スマホなどで、使いすぎていませんか？

ふだんから目にやさしい生活を心がけ、目を守ってあげましょう。

夏から秋 服装でしようすに コントロールを!



25℃以上	半そで	
25～20℃	長そでシャツ	
20～16℃	薄手の上着	
16～12℃	薄手のセーター	
12～8℃	薄手のコート	
8～5℃	厚手のコート	
5℃未満	ダウンやマフラー	

は ちりょう 歯の治療について

○1学期の健康診断の結果から治療が必要だった人は、もう歯医者さんへ行きましたか？
まだの人は早めに歯医者さんへ行きましょう！

○治療が終わった人で「歯科健診結果のお知らせ」(下の方に**学校への連絡表**の欄があるプリント)を出していない人は、学校へ持ってきてください。



【保護者の方へ】

現在、保健室から子供たちへ貸し出す着替えが不足しています。

サイズアウトしているお子様のシャツやスボン、上着、体操服や靴下等はありませんか？

特に低学年のサイズ(100～120程度)があると大変助かります。

寄付していただける方は、よろしくお願いいたします。

