

黒小ほけんだより

# げんきッズ



令和5年 5月30日

黒肥地小 保健室

眼科検診号

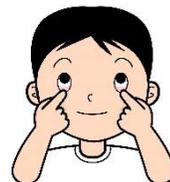
明日は、眼科検診があります。検診医は、公立多良木病院眼科の森田保彦先生です。

## ★ 眼科検診を受けるときに

○ 前髪がかからないようにピンで留めましょう。



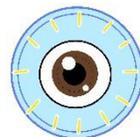
○ 眼科検診を受けるときは、自分で下まぶたを下げるので、「あっかんべー」のポーズを練習しておきましょう。



眼科検診後に、受診が必要なお子様には、受診のお知らせを配付しますので、早めの受診をお願いします。

## ★ 目の健康のために

本校の視力検査から約41%の児童がA以下(1.0未満)との結果が出ました。近視は、見えづらくなるだけでなく、将来緑内障や網膜剥離のリスクを増加させることが分かっています。大切な目を守るためにも、下記をお子様と一緒にご覧ください。



- スマホやタブレットのがめんをみるときは、がめんから30cmいじょうはなす。
- スマホやタブレットは30分つかったら、10分きゅうけいする。
- はやねはやおきして、めをやすませる。
- ていきてきにがんかけんしんをうける。