



令和7年10月23日  
人吉市立大畑小学校  
保健室  
第6号

10月の前半は夏のような暑さでしたが、後半に入り涼しくなってきましたね。

これからアオバズクフェスティバルや犬童球渓顯彰音楽祭、秋の遠足など行事がたくさんあります。  
毎日チャレンジですね。感染症が流行する時期ですが、元気に楽しめるといいなと思います。

# め 目を大切にして たい いますか？

みなさん、目に優しい生活ができていますか？まずは10月、目に優しい生活を意識してみましょう。

勉強をしたり、本を読んだり、ゲームをしたいするときに気をつけてほしいこと

①目と見るものの  
きょいをはなす。



だいたい30cmはな  
すといいんだよね。

②あか  
明るい場所でする。



部屋の電気をつけて  
活動しよう。

③こまめに休けいをする。

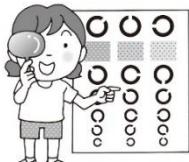


30分近く見たら、  
20秒遠くを見よう。

保護者のみなさまへ

2学期の身体計測と視力検査を行いました。視力検査の結果がB以下の子にはお知らせを配付しています。結果のお知らせと一緒に御確認ください。なお、病院の受診について、すでに受診されている方は医師の指示のもと治療を続けてください。

また、目を大切にしようという話をしました。  
ぜひ、御家庭でも目を大切にすることをお話  
ください。



クイズ～この名前なあに？～  
視力検査のときにみるこの記号の名前はなんでしょう。

- ①マクドナルド環
- ②プラスコ環
- ③ランドルト環
- ④ソルガレオ環

C

# かぜ 風邪を よぼう 予防しよう

インフルエンザの流行時期になりました。本校では、新型コロナウイルスやインフルエンザ等はみられていませんが、かぜ症状がある子が増えています。また、県内ではインフルエンザ様疾患による学級閉鎖も発生しているようです。

本校でも感染症対策に努めていますが、御家庭でも感染症予防・健康観察をよろしくおねがいいたします。

## きほんてき よぼうほうほう 基本的な予防方法

