

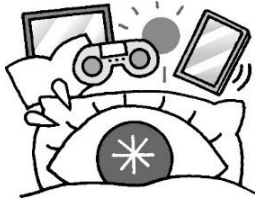


がつ ぼけんもくひょう
10月の保健目標

目を大切にしよう



ほが
泣いて
います



目のSOSに気づいて!!

こんな人はいませんか?

- ゲームを長い時間している
- 暗いところで本を読んだりゲームをしたりしている
- 前髪がのびて目にかかっている
- テレビ・ゲームの画面と目のきよりが近い

たいせつめ
大切な目を
まも
守るために



まえがみ
目は目にかからない
ように切るかためる



どくしょ しゅくだい
読書や宿題は
明るいとこで



しっかり
睡眠をとる



ゲームは時間を決めて
休けいする

しせい だいじ
姿勢も大事!

め
目とつくえの間は
パー2つ

あし
足はゆかに
ピタッ!

おなかとせなかに
ゲー1つずつ

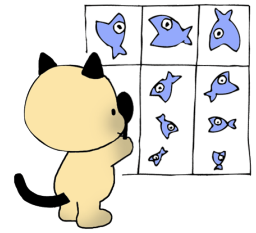
りょう
両わきに
チョコキ1つずつ

おうちの方へ 裏面もお読みください



保護者の方への保健だより

2回目の視力検査を行いました



10月の発育測定の時間に今年度2回目の視力検査を実施しました。視力B以下のお子さんと、5月の視力検査後まだ受診報告書が出ていないお子さんには封筒でお知らせを渡しますので、必ずご確認ください。できるだけ早めの受診をおすすめします。医療機関を受診されましたら、受診報告書を学校までご提出ください。よろしくお願いいたします。

みんなの目を守るためにできることを考えました！

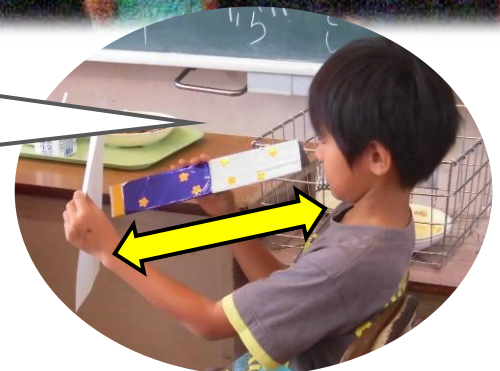
先日、保健委員会の話し合いの中で、高木小のみんなの「姿勢が気になる」「ノートと目の距離が近い」という意見が出ました。

そこで、『みんなの視力を守るためにできることはないか』を考え、アイデアを出し合いました。その一つとして、ゲーム・本などと目との適切な距離が分かるアイテムを手作りしました。

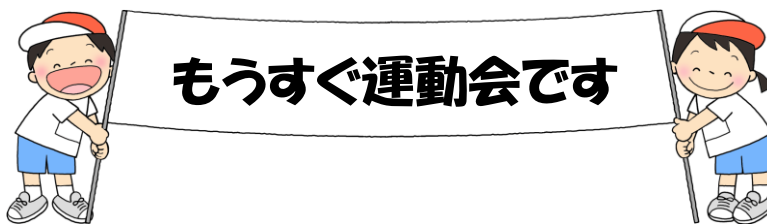
みんなに使ってもらえたら嬉しいです♪



目と本の間は**30センチ**あけるといいよ！



もうすぐ運動会です



24日(土)の運動会に向けて、いよいよ全体練習が始まりました。元気に練習に参加できるように、早寝早起き・朝ごはんのお声かけをしていただければ幸いです。まだまだ日中は暑く、汗もかきますので、タオルや着替え(下着など)の準備も併せてお願いします。

