

ほけんだより10月号

令和2年10月2日(金)
御船町立滝尾小学校
保健室

うちひと いっしょ よ
お家の人と一緒に読みましょう。

10月の保健目標 目を大切にしよう

朝夜は寒く、昼間は暑さがあり、気温差が激しいです。体調をくずしやすくなる季節です。風邪などひかないよう体調管理に気をつけましょう。



10月10日は目の愛護デー

目に優しい生活を!



メガネ、コンタクトは
自分の度にあったものに



ゲームやスマホの
見すぎに注意



たまには遠くの景色を
眺めてリラックス



目が疲れたときは
蒸しタオルなどで温める

もうすぐ運動会があります!

もうすぐ運動会ですね! 次のことに気をつけながら、一生けん命がんばりましょう!

先生の話をよく聞こう



ケガを防ぐための大事な話があります。

睡眠をしっかりとろう



睡眠不足は、体調不良やケガの原因になります。

じゅんぴ運動をしっかりとておこう



体が温まりケガをしにくくなります。

手と足のつめを切っておこう



のびていると、自分も友達もケガをしてしまいます。

くつは自分の足にあったものをはこう



きついとくつずれ、ゆるいと転んでしまいます。

☆先生からおねがい☆

運動会の練習で多いケガは、すり傷です。保健室へ来る前に、水道水できれいにあらってから来てください。そのあと先生が手当をします。



保護者の方へ 裏面もご覧ください



歯科検診についてお知らせ

毎年11月頃行われています「第2回歯科検診」についてお知らせです。今年は、新型コロナウイルス感染症予防の観点から、リスクの高さがあることなどを考え、御船町で統一して第2回目の歯科検診は行わないこととなりました。

子どもたちの歯の健康状態も心配ではありますが、ご理解いただきますようよろしくお願いいたします。6月に実施された歯科検診でむし歯があった児童や、歯肉炎などがあった児童については、治療がお済みになりましたら、以前配付しています治療完了の紙をご提出ください。もし紙をなくされた場合には、ご連絡いただけますと再発行いたします。

フッ化物洗口についても、まだ再開の目処はたっておりません。ご心配かと思いますが、安全面に配慮し実施できる状態になりましたら、お知らせいたします。

心の感染症にもご注意を！



生物学的「感染症」



心理学的「感染症」



社会的「感染症」

未知のウイルスへの不安や恐怖は、嫌悪・偏見・差別につながりやすいのです…

……… 保護者の方へ ～色の見え方について～ ………

色の見え方が異なる人に配慮した「カラーユニバーサルデザイン」が近年、社会的に推進されてきています（公共施設・交通機関の案内表示など）。一方、学校では平成15(2003)年度実施の定期健康診断より「色覚検査」が必須項目からはずされ、『赤と緑』『青と紫』など特定の色の組み合わせが見えにくいことにお子さん本人も気がついていない場合があります。

先天的に色の見え方が異なる人は、日本では男性の約5%、女性の約0.2%が該当するとされています。特定の色の組み合わせは一般的な教材や教具において意図せず使われていることがあり、学校生活のさまざまな場面で“見えにくさ”を感じる可能性があります。お子さんの様子などからお気づきの点、また色の見え方についてご不明な点などがありましたら、学級担任または養護教諭にご連絡・ご相談ください。

