



お家の人と一緒に読もう!

ほけんだより 11月

令和3年11月1日(月)
御船町立滝尾小学校
保健室 酒井

10月までは、暖かい日が続いていましたが、朝晩はすっかり寒くなってきました。日が暮れるのも早くなり、よい季節は冬ですね。冬といえば、風邪やインフルエンザが流行する季節ですが、現在は新型コロナウイルス感染症も加わり、十分な対策が必要です。手洗い・マスク・換気・検温を忘れずに行っていきましょう。

「目」についての学習をしました

10月10日は「目の愛護デー」でした。各学級学習する内容は異なりましたが、「目」について一生懸命考えることができました。各学級の学習内容は以下の表の通りです。一生付き合っていく目をこれからも大切にしていきたいでしょう。ご家庭でも、姿勢やメディアの使用について、ご指導をお願いいたします。

学級	学習した内容
1年生	目を守るものとそのはたらき
2・3年生	本やメディアと上手に付き合おう
4・5年生	視力低下の仕組み
6年生	視力低下の仕組みと眼精疲労



目の模型や紙の人形を使って学習をしました。

トイレの使い方を考えよう

最近、みなさんが使うトイレを見回っていると、使っている人がいないのに電気がついたままだったり、トイレが終わった後に水が流れていなかったり、反対にレバーが上がったままずっと水が流れていたりします。

トイレを使うときは思いやりをもって

トイレから出たら電気を消す、水をしっかり流す、レバーを下に下げることが、一人ひとりが考えて行動しましょう。また、便器やその周囲を汚してしまったり、自分でトイレトーパーで汚れを拭き取りましょう。トイレを使う人も、トイレを掃除する人も、みんなが気持ちよく過ごせるように、協力しましょう。



11月8日

いい歯の日 一本一本ていねいに歯みがき

80歳で20本以上の自分の歯を保つために、意識して続けよう歯の健康習慣!



よく噛んで食べる
唾液は歯のガードマン



寝ている間に増える歯垢
寝る前の歯みがきが大事



歯間ブラシやフロスも使って
歯と歯の間もきれいに



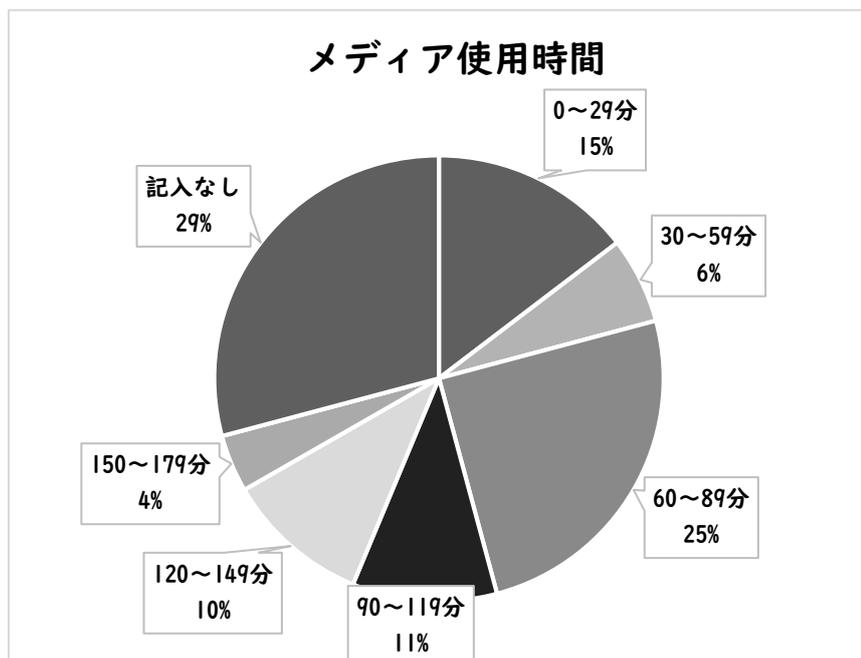
定期的に歯科医院で
歯の健康チェック!

滝尾っ子いきいき大作戦生活編 10月の結果

ノーメディアデーのメディア使用時間を、30分ずつ分け、割合を出しました。結果は以下の円グラフの通りです。

ノーメディアデーにもかかわらず多くの児童がメディアを使用していることがわかります。また、記入がなかった児童の割合が一番多かったことも気になります。ノーメディアデーは、普段よりもメディアを使用する時間を短くすると、できれば前回よりも難しいコースに挑戦することを心がけましょう。

11月の月例体重測定ではメディアとの付き合い方やゲーム依存について、今までの滝尾っ子いきいき大作戦を振り返りながら、学習を行う予定です。ご家庭でも、5月に決めていただいた「お家でのルール」をもう一度ご確認ください。メディアの使用についてサポートしていただけましたらありがたいです。



保護者の方へ

○新型コロナウイルス感染症について

10月29日に新型コロナウイルス感染症の県リスクレベルは、「レベル3・警報」と発表されました。感染者数の減少が見られていますが、学校でも引き続き感染症対策を行っていきます。毎朝の検温の確認、健康観察、マスクの着用、手洗い、手指消毒等基本的な感染症対策を継続して指導していきます。ご家庭でも土日でも忘れず体温の記録をよろしくお願いいたします。また、朝晩の気温の変化が激しくなっています。衣服の調整についてもサポートをよろしくお願いいたします。

○色覚について

先天性色覚異常は、男子の約5%（20人に1人）、女子の約0.2%（500人に1人）の割合にみられます。色がまったくわからないのではなく、色によって見分けにくい程度で、日常生活にはほとんど不自由はありません。しかし、状況によっては色を見誤って周囲から誤解を受けることや、色を使った授業の一部が理解しにくいことが考えられます。お子様の色の見え方などで心配なことがありましたら、眼科を受診されてください。また、眼科を受診されたときや、学校生活についてご相談されたいときは学校までご連絡ください。