

# ほけんだより 10月

今年は残暑が厳しく、9月後半まで熱中症症状の児童が来室していました。最終週になり、ようやく秋の風を感じられるようになりました。

東京都ではインフルエンザ注意報が出ています。本校でも流行が見られ、現在学級閉鎖をしているクラスもあります。

運動会も近づいてきています。引き続き、生活リズムを整え、感染症に負けない体づくりをお願いします。

令和5年9月29日  
杉並区立杉並第十小学校  
校長 塩練 裕子  
養護教諭 三浦 皐月



10月10日は「目の愛護デー」です。今月は目についての内容を掲載しています。また、文部科学省から出ている「子供たちの目を守るために」も別紙で添付しています。是非、ご覧ください。

## 9月は身体測定を行いました。

1学期と比べての成長はいかがだったでしょうか。身体計測の際には、学年に応じた保健指導も実施しました。「鼻血が出た時には下を向くんだね」「自分でできることもあるんだ」などと言いながら、一生懸命に話を聞いていました。

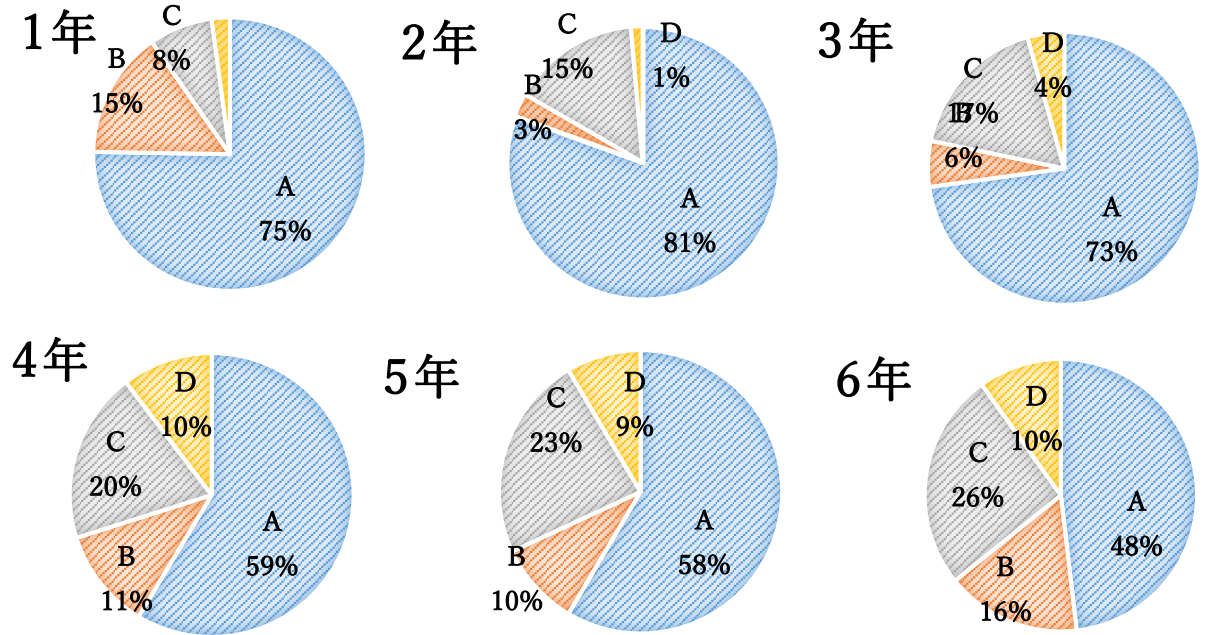


- 1年生 早起きするといいことがたくさん
- 2年生 保健室に来る前に自分でできること
- 3年生 けがの手当て クイズ仕立て
- 4年生 「フワフワことば」と「チクチクことば」
- 5年生 姿勢について
- 6年生 自分の言動に責任をもつ

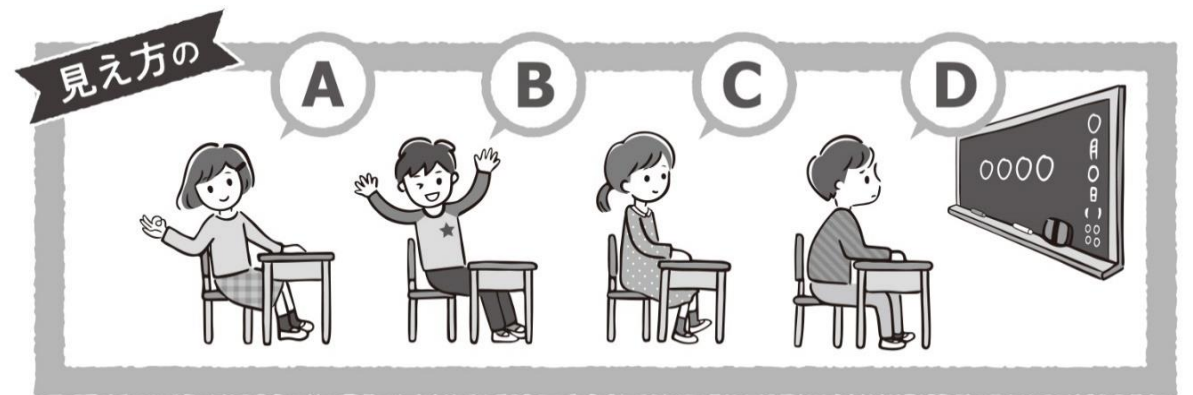


## 10月の保健目標 目を大切にしよう

今年度の視力検査の結果です。  
(眼鏡の児童は矯正視力)



年齢が上がるにつれ、視力低下が進んでいきます。お子様が目を細めて見ていたり、見えにくそうにしていたりする場合は視力が低下している可能性がありますので、様子を見て眼科の受診をお願いいたします。



- A [ 1.0以上 ]**  
1番後ろの席からでも黒板の文字はよく見えています
- B [ 0.7~0.9 ]**  
後ろのほうでも黒板の文字はほとんど読めます
- C [ 0.3~0.6 ]**  
後ろのほうでは黒板の文字は見えにくいですが
- D [ 0.2以下 ]**  
前の席でも黒板の見え方は十分とはいえません