

保健だより

すこやか



田彦小学校保健室

*おうちの人といっしょによみましょう。 令和3年10月4日(月)

10月に入りました。夏の暑さや休校で思った以上に体力がおちていたり、1日の気温差があったりして、体調を崩す人が増えてきます。学校生活のリズムを取り戻し感染予防対策をしながら、元気に過ごしましょう。



保健目標

目を大切にしよう

安全目標

安全な自転車の乗り方をしよう

10月5日から新しく田彦小学校の保健室に来る先生を紹介します。

佐藤先生



★どんな性格
→明るい

★好きな食べ物
→リンゴ

★好きなこと
→剣道

米山先生



10/5でお休みに入るので、みんなにしばらく会えないのがとてもさみしいです。
元気な赤ちゃんを産んでまた帰ってきます。



10月10日はデー

4月の視力検査で、B以下の人は、349人(39.4%)いました。
視力検査後、眼科に受診した人は、150人です。

- 黒板の文字がぼやけて見える
- 教科書やノートが見えにくい
- 本を読んだり、勉強をしている時、よく頭が痛くなる

このような症状がある人は、眼科を受診しましょう。

昨年度より、低視力者の人が増えています。タブレットを使用する時間が増えています。注意事項を守って、目の健康に気をつけながら、生活しましょう。



心当たりのある人は気をつけて!



寝る前にスマートフォンやタブレットを使っている



横になってテレビを見ている



ゲームは休憩せずに長時間、することが多い

保護者の方へ

お知らせ

色覚について…色覚とは色を見分ける感覚のことで、網膜にある視細胞(赤色、緑色、青色のそれぞれの色に反応する3種類の細胞ある)が色を識別しています。先天性の色覚異常とは、この細胞のいずれか、またはすべてに、様々な程度の異常を生じた状態です。全く色がわからないモノクロの世界というわけではなく、見分けにくい色の組み合わせ(赤と緑、ピンクと白・灰色など)はありますが、自らの色の見え方の特性を知ることによって色の誤認を減らすことも可能です。また、現在は職業制限も大幅に緩和されました。

学校での色覚検査は、平成15年度から、健康診断の必須項目から削除され、現在は任意での検査となっています。色覚は眼科で相談できますが、学校にも簡単な色覚検査表があります。お子さんの色の見え方が心配で、検査を受けさせたい場合は、本人と保護者の同意があれば行いますので、保健室までお知らせください。

学校でも家でも、新型コロナウイルス感染症対策をしよう

- ★朝晩の検温と健康観察を忘れずにしましょう。
- ★発熱等のかぜ症状が見られる場合は、家で休みましょう。
- ★手洗い・消毒・マスク着用を心がけましょう。

