

すこやか

令和3年 10月
外野小学校 保健室

全児童配付

10月の保健目標 目を大切にしよう

臨時休業期間が終わりました。久々の登校になるお子さんが多いと思います。まずは、体を学校生活に慣らしていくことが大切です。また、朝夕だいぶ冷えるようになりました。体調を崩しやすくなりますので、睡眠、休養を十分にとれるようご配慮をお願いします。

《10月の保健関係行事》



項目	実施日	対象	お知らせ
清潔検査	4日(月)	1~6年	・ハンカチ、ティッシュを毎日持参しましょう。 ・長いつめはけがの原因になります。短く切っておくことがとても大切です。
視力検査	15日(火)~ 31日(木)	1~6年 希望者	・希望者を対象に視力検査を行います。

《相談員・スクールカウンセラーの先生方のご紹介》

本校には、3名の相談員・スクールカウンセラーの先生がいらっしゃいます。臨時休業やオンライン学習など、様々な変化がありました。抱えている悩みや不安を相談してみませんか？児童の皆さんだけでなく保護者の皆様からの相談もお受けいたしますので、お気軽にご連絡ください。

○心の相談員 神戸 和子先生

○家庭相談員 小橋 澄江先生

出勤日：毎週月曜日 9時~12時

出勤日：毎週火曜日 9時~12時

○スクールカウンセラー 田山 紀子先生

出勤日：9/30PM、10/28AM、11/25AM、12/9AM、1/6PM、2/3AM、2/17PM

※予約状況により、希望通りに日時指定ができない場合もありますのでご了承ください。

《10月10日は目の愛護デー》

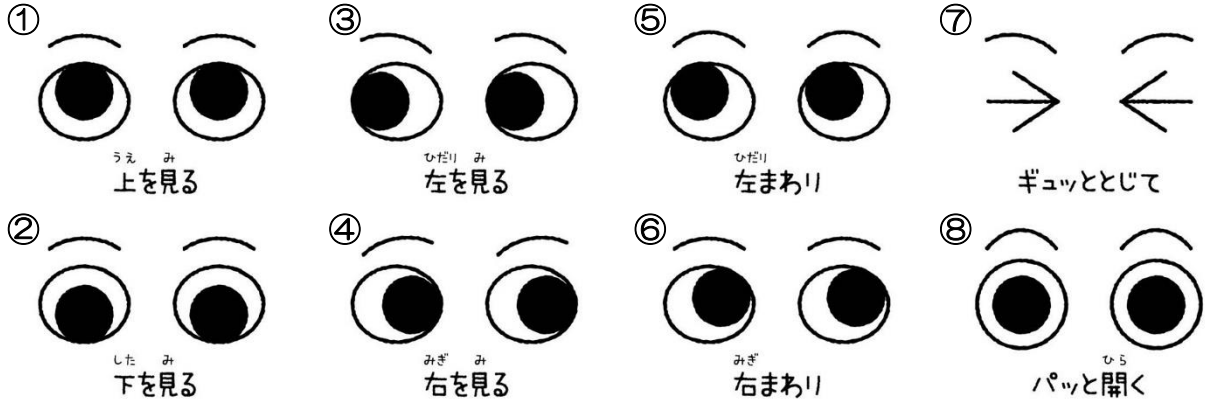


本やスマホ、テレビゲーム等を、近くで長時間見続けていると、眼精疲労や近視の進行につながると言われています。



ちか
近づけすぎていませんか？

やってみよう！目の体操



色覚検査について 色を正しく認識できているかどうかをはかる色覚検査を、個別に健康相談として実施しています。色覚検査を希望する場合には、担任までお知らせください。

《4月の視力検査結果がB以下の方 視力管理カードの提出をお願いします》

4月の視力検査結果がB以下となり、まだ受診されていないお子さんにつきましては、早期に眼科を受診してください。早めの受診と処置がとても大切ですので、必ず、受診をお願いいたします。受診しましたら、視力管理カードを、学級担任へ提出してください。視力管理カードは、お子さんの目の健康管理のため、中学3年生まで使用する大切なものです。必ず提出をお願いします。

《視力検査 希望者対象に行います》



希望者を対象に視力検査を行います。検査を希望される方は、下記の《視力検査申込書》を10月8日（金）までに学級担任にご提出ください。

きりとりせん

《視力検査申込書》

視力検査を希望します



年 組 児童氏名

保護者氏名

※ 学校から視力管理カードが配付されている方（視力B以下の方）で、カードをまだ学校へ提出していない方は、視力管理カードを添えて申し込んでください。