

すこやか 10月

花田小学校
保健室
R4.10.7

朝晩は涼しくなり、日中もさわやかな秋の風が吹き季節になりました。ドッジボールや鬼ごっこなど活発に放課を過ごす子が多くなりました。花田スポーツフェスティバルの練習も始まっています。早ね早起き、3色の朝ごはんを心がけ、元気よく過ごしましょう。



花田小学校のみなさんの、今年の目のけがの件数と視力検査の結果です。(全校450名)

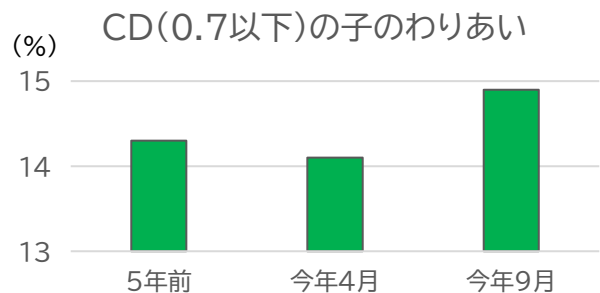
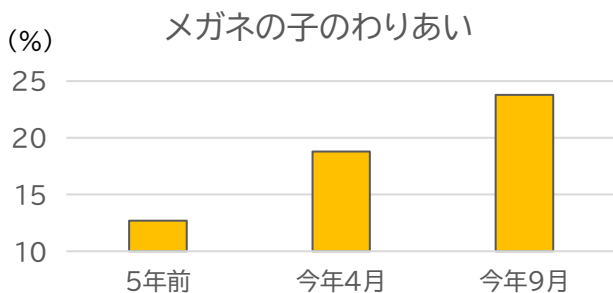
目のけがは、友達の指が目に入ったり、物が当たったりする事故が多かったです。しゃがんでいる子・ほうきなど細い物を持つ子に近づく時は注意しましょう。

視力検査の結果から、メガネ使用の子が増えている事がわかります。低視力の子も増えています。タブレット学習が導入され、生活の中で画面を見る時間はますます増えています。画面から目をはなし遠くのけしきを見る機会を作るようにしましょう。(右イラスト参考)

目を使い過ぎていませんか？



けが32件(今年4~9月)



保護者の方へ

- 本格的な花田スポーツフェスティバルの練習が始まります。以下の点にご留意ください。
「お茶を多めに持ってくる」「爪を切る」「足のサイズに合う靴を履く」「靴下を履く」
気温差が激しく体調を崩しやすくなります。早めの休養をこころがけ、毎日元気に登校できるよう、ご協力をお願いします。
- 学校医の野村先生より、今年はインフルエンザの流行が懸念されるとのことでした。感染症予防対策として、インフルエンザ ワクチン接種の検討をお願いします。

第2回学校保健委員会 ～子どもロコモってなあ～に？～

9月22日にスポーツレーナ
 一神谷秀明さんを講師として
 行いました。「ストレッチをした
 ら気持ちよかった」「しせいが
 悪いと言われるので、気をつけ
 たい」などの感想がありました。
 意識することが大切です！



秋は体を動かすチャンス！

日中の気温が下がり、過ごしやすくなる秋。気持ちよく体を動かしましょう。