

ほけんだより

なんばー
No. 7
はっごう ねん がつ にち
発行：R6年10月4日(金)
きたかみしょうがっこう
北上小学校 ほけんしつ

やっと秋の訪れを感じられるようになってきました。昼と朝晩の気温差が大きいので、体調を崩しやすい時期になります。衣服で体温調節をし、「はやね・はやおき・あさごはん」を心掛けることで、毎日元気に過ごせます。学習発表会に向けて体調を整えていきましょう。



10を横にすると人の顔の眉と目に見えることから「目の愛護デー」と制定されました。この機会に目の健康について考えてみましょう。目はみなさんが起きている間ずっと働いています。目に優しい生活を心がけましょう。

☆☆☆目に良い習慣を☆☆☆



テレビやゲームは休みを挟みながら



正しい姿勢で勉強



明るいところで読書



ぐっすり眠って目に休息を



前髪は目にかからないように

10月の保健・給食関係

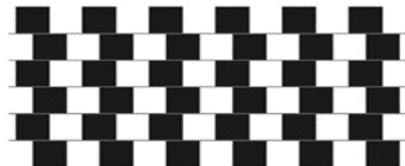
- 3 (木) 研究授業公開のため弁当日
- 7 (月) スッキリロッカーデー①
- 10 (木) 2・3・4年生校外学習
- 16 (水) 弁当日 (学習発表会児童公開日のため)
10月分給食費 引落日
- ※必ず残高の確認をお願いします
- 19 (土) 学習発表会
- 28 (月) 3・4年生ライオン手洗い出前授業
スッキリロッカーデー②
- 29 (火) 1・2年生遠足

「どう見える?!」
ふしぎな
「目のさっかく」

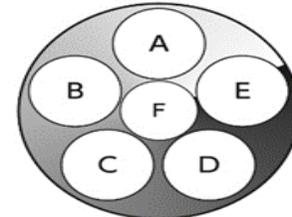
① たての線とよこの線の長さは?



③ よこの線は曲がっている?



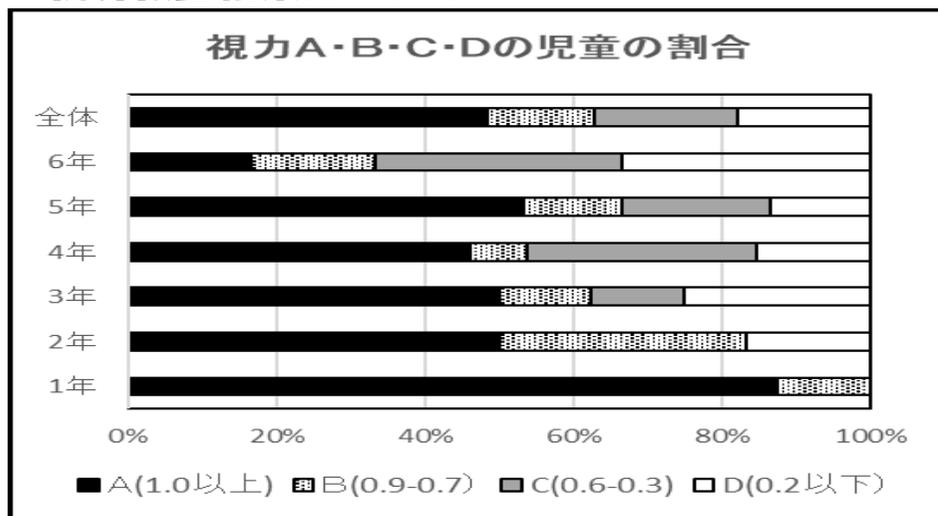
⑥ A~Eの丸の大きさは?



こたえはウラにあります。

【保護者の方へ】

秋の視力検査結果について



夏休み後の視力検査の結果、春と比較するとAからBへ視力が下がった児童や左右の目に視力の差がある児童が何人かいました。

病院を受診した結果を見ると、調節性緊張や近視で経過観察になることが多いようです。

先日、視力検査結果のお知らせを配付しています。きちんと受診をして、経過をみていくことが大切ですので、早めに受診するようにお願いします。



教育相談の御案内

スクールカウンセラーの大西先生が来校し、相談活動を行います。保護者の方の相談も可能です。希望がありましたら養護担当（佐藤）までお知らせください。

<10月の予定> ・10月10日（木） ・10月24日（木）
・10月31日（木）



① たてのほうが大きく見えませんが、同じ長さです。 ② ななめに見えませんが、すべてまっすぐです。 ③ 少しすつちがらみが見えますが、同じ大きさです。

こんげつ よぼう 今月のけが予防

きたかみ こ
～こんな北上っ子いないかな？～

たの 楽しい遊具も遊び方次第で、
おお 大きなけがにつながります。今回は、
ブランコの乗り方について考えてみよ



立ちこぎやとびおり

立ちこぎやとびおりは、頭をうったり、けがをしたりするのでやめましょう。



こいでいる近くで遊ぶ

ぶつかって大きなけがをするかもしれません。さくのそとがわま 外側で待ちましょう。

まわり にぶつかりそうなものがないか
よく見て楽しく遊ぼう！

