

ほけん だより 10月

宇都宮市立泉が丘小学校

令和5年10月2日

NO. 7

朝夕が涼しくなって、秋の訪れを感じますね。その一方で、日中、天気の良いときは、気温が高くなり汗をかいている児童のみなさんの姿を見かけます。汗をそのままにしておくと体が冷えて体調を崩しやすくなります。汗をかいたらタオルやハンカチでふき取りましょう。

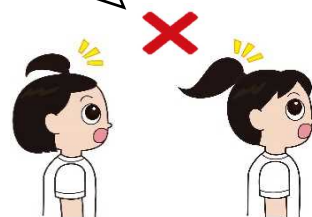
10月は1日の中でも気温差の大きな時期です。パーカーやカーディガンなどの羽織るもので調整し、体調を崩さないように気を付けましょう。



《10月の健康診断予定》

日時	学年	内容
16日(月)	6年生	身体計測
19日(木)	5年生	
20日(金)	4年生	
23日(月)	3年生	
24日(火)	2年生	
26日(木)	1年生	
30日(月)	チャレンジ	

髪は身長を測りやすいように、高い位置での一つ結びや、お団子などは避けましょう。



10月10日は

目の愛護デー



《目を守るために大切なこと》

「まぶた」「まゆげ」「まつげ」「涙」は、いろいろな役割をしながら目を守ってくれています。目を守るために自分でできることもあります。それは目を使いすぎないことです。タブレットやゲーム機などの画面を見る時は、30分に1回は休憩しましょう。



私は **まぶた**

まばたきをして、目にゴミが入るのを防いだり、目が乾燥するのを防いだりしているよ。

僕は **まゆげ**

目に汗が入るのを防いだり、日差しが強いときに目元に陰を作ったりしているよ。



私は **なみだ**

目の乾燥を防いだり、目に入ったゴミを洗い流したりするよ。



私たちが **まなこ** を **まもる** のために

オレは **まつげ**

目にゴミが入るのを防いでいるよ。



10月15日は 世界 手洗いの日

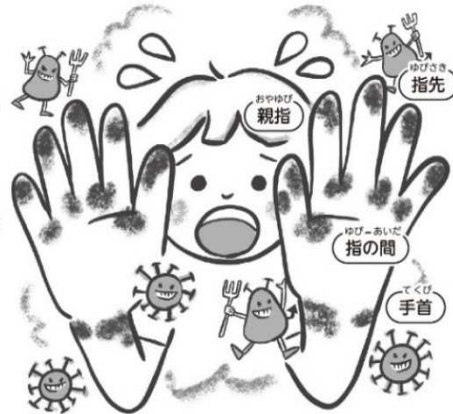
「61人」・・・何の数字が分かりますか？

9月に体調不良で欠席した人が一番多かった日の人数です。「インフルエンザ」「新型コロナウイルス感染症」「ヘルパンギーナ」「咽頭結膜熱」「アデノウイルス」など、9月は出席停止となる感染症にかかった人がたくさんいました。
感染症対策の基本は『手洗い』です。石けんを使って、指先や指の間、手首など細かなところまで、しっかりと丁寧に洗いましょう。

ノロウイルス、O157 などによる食中毒や、風邪、インフルエンザなどは、手についたウイルスや菌が口や鼻から体内に入ることでも感染します。だからこそ、手洗いは、簡単で効果的な病気予防法です。

きれいな
手になってる？

洗い残しが多い場所です。
特に、利き手は注意して
洗いましょう。



保護者の方へ

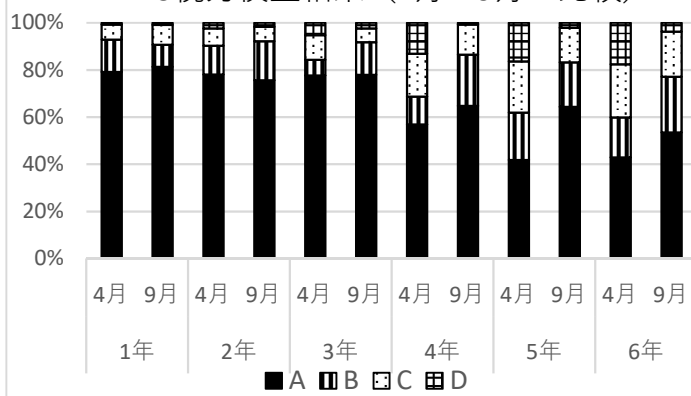
★視力検査の結果について★

4月と9月に視力検査を実施しました。4月から9月にかけて特徴的な変化はみられませんが、高学年では視力Aの割合が9月のほうが増えています。4月の検査の結果、適切な処置を受け、視力Aの児童が増加したと考えられます。

また、学年別では、学年が上がるにつれ、視力Aの割合が減り、視力低下が進むことが分かります。

9月の視力検査の結果、4月の結果から視力低下の見られたお子さまに、受診のお知らせを配付しました。なるべく早く眼科医を受診され、適切な処置を受けられますようお願いします。

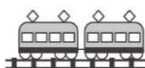
R5視力検査結果（4月と9月の比較）



視力判定基準

A : 1.0 以上 B : 0.9~0.7

C : 0.6~0.3 D : 0.3 未満



★学校感染症と書類の提出について★



夏休み明けから様々な感染症により欠席するお子さまが増えています。ご家庭での健康管理に十分ご留意ください。4月号でお知らせしたとおり、学校感染症にかかった場合、治癒して学校に登校する際は、下記の書類の提出が必要となります。よろしくお願いします。ご不明な点がございましたら学級担任にお問い合わせください。

◎インフルエンザ経過報告書(保護者が記入)・・・インフルエンザ

◎登校届(保護者が記入)・・・溶連菌感染症・手足口病・りんご病・ウイルス性胃腸炎・ヘルパンギーナ等

◎意見書(医師が記入)・・・水痘(水ぼうそう)・流行性耳下腺炎(おたふくかぜ)・咽頭結膜熱(プール熱)等

※新型コロナウイルス感染症治癒に関する提出書類はありません。

※『インフルエンザ経過報告書』及び『登校届』につきましては、泉が丘小ホームページよりダウンロードできます。

