



朝晩が涼しくなり、晴れた日の日中との気温差が大きい季節です。体調をくずしやすい時ですので、十分注意しましょう。気温に合わせて上着で調節しましょう。

おうちの人といっしょによんでね。



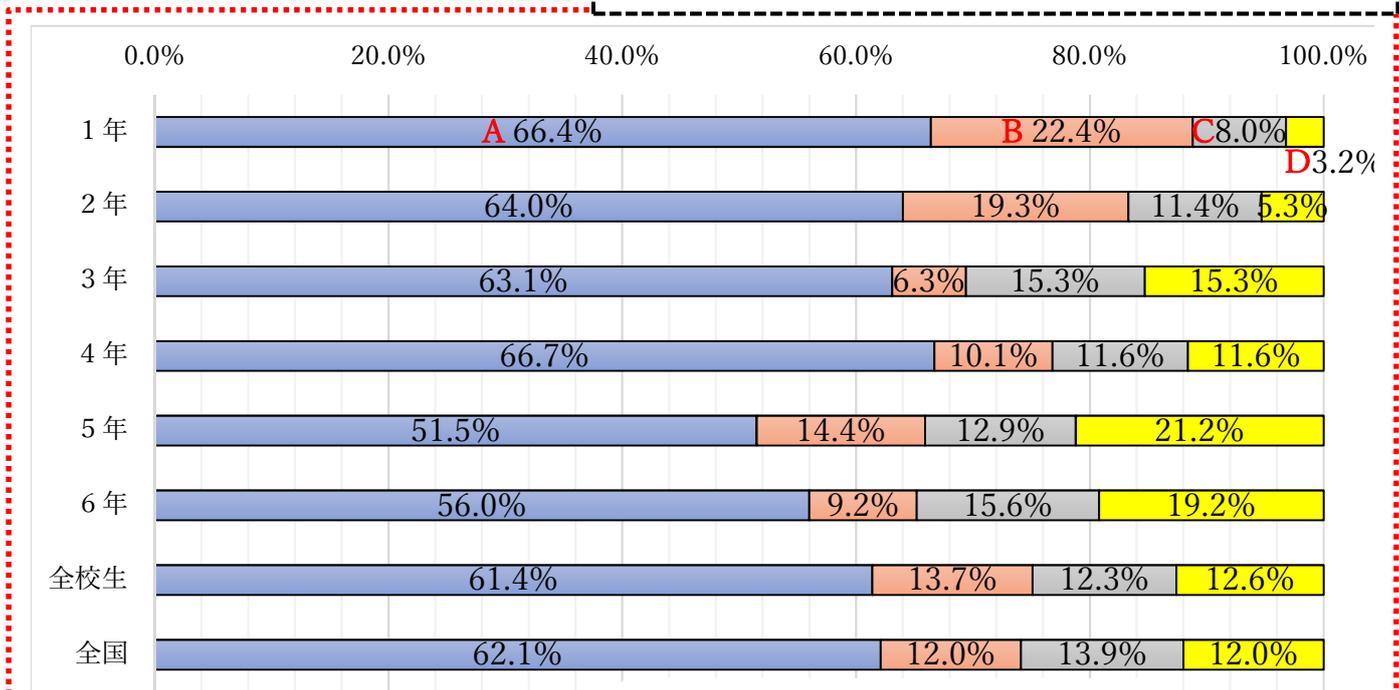
目を大切にしよう



10月10日は「目の愛護デー」です。今、子どもの視力低下が大きな健康課題となっています。本校も例外ではありません。目、大切にしたいですね。

【本校の視力検査の結果】

A…1.0以上 **B**…0.9~0.7 **C**…0.6~0.3 **D**…0.3未満



※「全国」は令和4年度の結果です。

一止めよう！視力低下—

しょうかん
アイアイ週間
(eye)(愛)

大切な目を守るために

保健委員会

◆児童保健委員会では・・・

宇都宮市の取組

「スマホ・ケイタイ宮っ子ルール徹底週間」に合わせ、
10/21(月)～25(金)に、

～止めよう視力低下～**アイアイ週間** 大切な目のために
と名付け、目の健康に関する体操、掲示、放送などを計画しています。
目の健康について考え、日頃の生活を振り返る機会となるといいですね。



こんな時どうする?? 【お友達とぶつかってしまった!】編

暑さで思うように外遊びもできませんでしたが、涼しい日も多くなり、校庭で遊べて、楽しいですね!しかし、けがをしてしまったのはせっかくの楽しい休み時間も台無しです。けがをしないために、まわりをよく見て遊びましょう。では、もしお友達とぶつかってしまった時は、どうすればよいでしょうか。

①まずは、
「ごめんなさい!」



まずは、お互いに謝りましょう。

その方が、お互いに気持ちがいいですね。

②ぶつかった子と一緒に
保健室に来てね!



一緒に保健室に来て、いつ・どこで・どのように

ぶつかったのか説明できるようにしましょう。

③担任の先生に
報告しようね!



保健室の先生だけではなく、自分の担任の先生にもきちんと報告してくださいね。

保健室の先生だけではなく、自分の担任の先生にもきちんと報告してくださいね。

◆ 10月19日(土)は運動会

運動会の練習が始まっていますね。けがに注意するとともに、睡眠や食事をしっかりとるなど、体調にも気を付けながら、当日に備えましょう。また、まだまだ暑い日もあると思いますので、水分補給などの暑さ対策も忘れずに行いましょう。

【これからの保健関係行事】

◆ 10月の身体計測

| | |
|-----------|-----------------------------|
| 10/ 1 (火) | 1年全クラス 3年全クラス 6年生3・4組 |
| 10/ 2 (水) | 2年全クラス |
| 10/ 3 (木) | チャレンジ 6年1・2組 |
| 10/ 4 (水) | 4年全クラス |
| 10/10 (木) | 5年全クラス |

結果は、後日
お知らせします。



◆ 令和7年度入学予定 就学時健康診断

11月20日(水)午後

- * 在校生は3時間授業・給食を食べて下校となります。
- * 健康診断中の在校生のあずかりはできません。
- * 就学時健康診断は、就学予定のお子様と保護者の方が付添って、各検診を受けていただきます。
- * 当日、体調不良などで受けられない場合は、学校に連絡をお願いします。
- * 事務手続き関係他、事前に各ご家庭にお届けする書類があります。必要事項を記入の上、当日ご持参ください。

