

10月5日

ひるま 屋間はまだ暑い日もありますが、あつ ひ 朝晩は冷え込み、あき かん 秋を感じるようになりました。きおんさ 気温差が大きいので、おお たいちよう くず 体調を崩しやすい季節です。きせつ うんどうかい つか 運動会の疲れもあるのか、けっせき ふ 欠席も増え、ねつ だす 人も多くなっています。

ていがくねん 低学年でまた水ぼうそうがはやり始めています。また、がつ 9月はヘルパンギーナ、マ イコプラズマ、咽頭結膜熱、おたふく、ようれんきんかんせんしょう 溶連菌感染症などにかかった人もいました。

きおん さあ 気温に合わせて自分で洋服を調節したり、てあら 手洗い・うがいをきちんとして、びょうき 病気に負けないでげんき 元気に過ごしましょう。

10月10日は目の愛護デーです

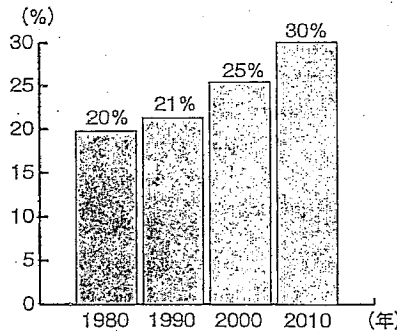
小学生の視力が年々悪くなっています…

しょうがくせい 小学生の視力は、いぜん 以前に比べて、ねんねん 年々悪くなっています。

その原因の一つとして、パソコンやテレビ、携帯ゲームなど、近くのものを見続ける現代の生活があげられています。

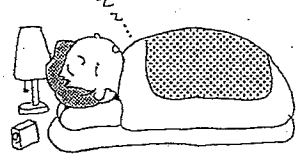
視力がA未満の人の割合（小学生）

参考：文部科学省 平成22年度学校保健統計調査

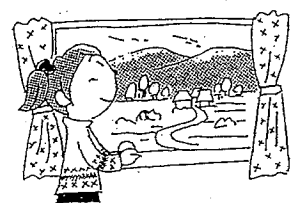


目にやさしい行動、やさしくない行動

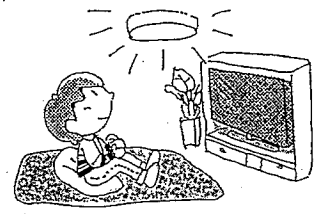
やさしい



ぐっすりねむる

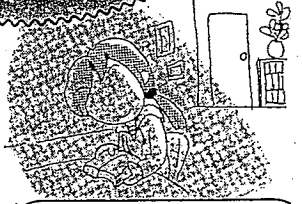


近くばかりではなく、ときどき遠くを見る

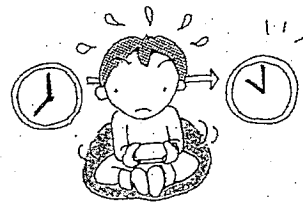


テレビ、ゲームは、明るい部屋でする

やさしくない



暗いところで本を読む



長い時間ゲームをし続ける



字を書くとき、ノートに近すぎる

仲町小4月の視力検査 視力がA未満の割合

1年	47%
2年	40%
3年	48%
4年	44%
5年	48%
6年	61%

こんな症状があったら、目の病気がも

- 目が赤くなっている
 - なみだが出る
 - 目が痛い・かゆい
 - 光がまぶしい
 - まばたきが多い
 - 目がはれている
- こんな症状があったら目の病気がもかもしれません。おうちの父や先生に伝えましょう。

こんな姿勢を、心がけよう！

