



ほけんだより 9月

あさゆう すず 朝夕と涼しくなり、やっとなつ秋の訪れを感じられるようになり
ました。かんたん さで たいちよう くず こ ふ 寒暖の差で体調を崩す子も増えてきています。
すこ うご あせ この じき は、うわぎ も 少し動くと汗ばむこの時期は、上着を持たせていただき、
ぬ き 脱いだり着たりで、おんどちようせつ 温度調節ができるといいですね。

感染症情報



いざという時に備えよう!

じしん たいふう 自然災害は、いつ起きるかわかりません。よそく たいおう 予測して対応しておけば、いざという時、慌てなくてすみますね。

ねりまく ぼうさいそうこ 練馬区の防災倉庫には、アレルギー対応食は
びちく 備蓄していません。しょくもつ 食物アレルギーのある
場合は、自分で用意し保管しておく必要があります。さいてい かかんぶん ほかん
最低3日間分は保管しておいてください。ローリングストック（つか
いながら、一定の量を保管しておく方法）をお勧めします。

じしんなど いざという時のために 部屋のかたづけをしよう

ものがつんである （積み重ね）	→	たおれてキケン
ちらかしっぱなし （散らかる）	→	つまずいてキケン
ものがつめこんである （押し入れ）	→	かくれられない

「もしも」のときは？



おうちで話しあおう

ひとり るすばん 一人で留守番をすることがあるご家庭では、かてい いえ なか
家の中のどこが安全か、どこに避難すればよいのか、かぞく れんらく と
家族と連絡を取るにはどうしたらよいのか、おこさんと話し合っておくとあんしん
安心です。

きんきゆうれんらくさき けいたい きんむさき でんわばんごう
緊急連絡先（携帯や勤務先の電話番号など）が変わった時は、がっこう し
学校にお知らせください。

ねんせい きぼうしゃ しきかくけんさ おこな 4年生の希望者に色覚検査を行います

日常生活ではいろいろな色が使われています。色には見分けやすい色と、見分けにくい色があります。色分けの苦手な人もいます。

色覚異常の頻度は、男子約5%（約20人に1人）、女子約0.2%です。生まれたときから見えている色なので、日常生活においてほとんど支障を感じませんが、明るさや鮮やかさが変わるとつれて、色が違って見えてくる傾向があります。色の見え方は個性です。現在は色のバリエーションが進んできましたが、まだまだ周りの理解と配慮が欠かせません。

例えば、緑の花に茶色の葉、顔の色を黄緑に塗る。ピンクのゾウ、緑の犬などの色使いをするなど、お子さんの色使いで気になることはありませんか？（この限りではありません）

一口に色覚異常といっても、見えづらい色や組み合わせはその子によって違います。成長とともに、色についての経験の積み重ねによって、色彩感覚はかなり修正されることが多いようです。お子さんの見え方の特徴を学校に教えていただくことで、教育的不利が生じないように配慮したいと思います。そのためには、眼科で詳しく検査をしていただく必要があります。

4年生に色覚検査についてのプリントをお渡ししました。希望される場合は、10月2日(火)までに申込書を担任にご提出ください。

