

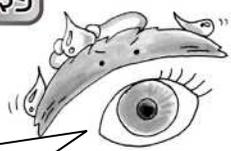


平成29年10月6日
練馬区立田柄小学校
養護教諭 浅川 沙織

精一杯力を出し尽くした、感動の運動会が終わりました。「6年生の組体操がっこいい」「1年生のダンスかわいい」これは脳が目から得た情報を受け取ったからです。目は起きてからずっと情報を集め続ける働き者。そんな大切な目について考える日が、10月10日『目の愛護デー』です。(10の字を横にすると、○ ○になり、人間のまゆのようになるためのようです。)ぜひ、目の役割を知り、目にやさしい生活についてご家庭で話してみてください。

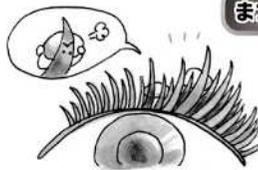
目を守るアイレンジャーの役割って？

まゆげマン



落ちてくる汗や雨から目を守るのが僕の役目だよ。

まつげマン



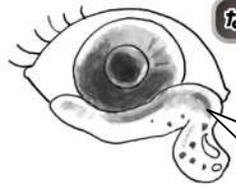
ほこりや砂が目に入らないように守っているよ。

まぶたマン



飛んでくるものが、目に当たらないようにブロックしているよ。一日に何度もまばたきをして、涙を目に届けているんだ。

なみだマン



目が乾かないように潤して、栄養分や酸素を届けているよ。ごみが入ってきたときは、きれいに洗い流すよ。

希望者に休み時間、視力検査を行います。

こんな症状がある人は視力検査をしてみましょう。

- ・目を細めて見ている
- ・本やノートに目を近づけてみている
- ・目の痛みや頭痛が起こる
- ・雨や曇りの日だと目がぼやける
- ・飽きっぽくなった

視力検査を希望します。(保健室行)

きりとり

年 組名前

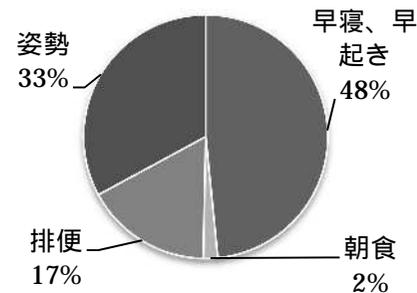
視力検査を希望する人は、10月16日(月)までに担任の先生へ提出ください。

9月のげんきアップチャレンジ月間 ご協力ありがとうございました。

回収率94%

チャレンジカードの振り返りより

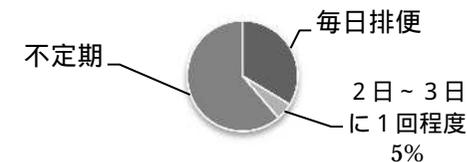
各自の振り返りであがった課題は？



- ・早起きは眠いけど、毎日続けると慣れてできるようになった。3年
- ・姿勢が悪いことを注意されることが多かった。計測時に姿勢が悪いことでのデメリットを教わったので、もっと良い姿勢を心がけたい。6年

- ・排便が思っていたより出ていないことが分かったので、食べ物に気を付けたい。4年
- ・排便が出るリズムが分かってよかった。5年

排便の頻度は？



保護者の振り返り

- ・寝る時刻が9時を過ぎてしまうので、今後どのような生活スタイルがよいのか親子で話し合ってみようと思う。5年
- ・今回、「排便」の項目が加わったことで、普段はあまり把握していなかった子どもの排便の様子が分かってよかった。6年

家族でチャレンジ月間に取り組んでいただいたご家庭も多かったようです。ご協力ありがとうございました。ご家庭での声掛け、ご協力によって子供たちの意識が変わることを実感しました。また夏休み明けのチャレンジということで、生活の立て直しができるようになったというコメントも多くいただきました。生活を見直し、運動会に向けて元気なからだづくりという面でもよかったようです。今後、学校では、課題が多かった姿勢について、日常的に意識させたり、生活リズムの大切さを保健委員会で紹介したりしていくことを考えています。ぜひ次回1月のチャレンジ月間の時にも学校、家庭が連携して取り組みができればと思います。ご協力よろしくお願いたします。