

# ほけんだより NO.3

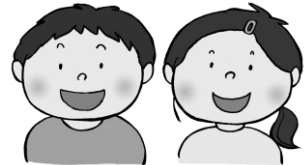
令和2年10月6日  
練馬区立旭町小学校

保護者の皆様へ

## 10月の健康診断について

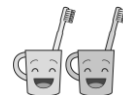
### 8日(木) 眼科検診(全学年)

目がよく見えるよう、前髪を短く切るか、ピンなどでとめてください。



### 15日(木) 歯科検診(1・3・5年)

当日の朝は、よく歯みがきをしてから、登校させてください。



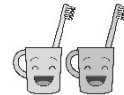
### 28日(水) 耳鼻科検診(全学年)

耳の検診がすぐにできるよう、髪の毛の長いお子さんは、結って耳を出してください。



### 29日(木) 歯科検診(2・4・6年)

当日の朝は、よく歯みがきをしてから、登校させてください。



## 「ハンカチ」ポケットにはいっていますか？

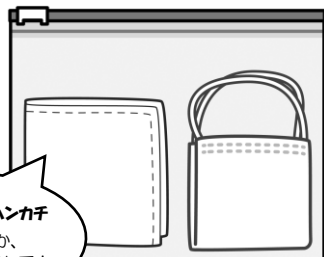
最近、保健室にくる子に「ハンカチを持っている？」と聞くと、半数以上の子が持っておらず、とても気になります。

ハンカチがないと、手洗いがおっくうになり、感染予防がおろそかになります。

ポケットに入れるハンカチと、予備のハンカチ・マスクも用意しましょう。



よびのマスクとハンカチもっているか、今すぐチェックして！



## 「急性内斜視」を していますか



眼科検診で「眼位異常」と診断されることがあります。「眼位異常」の種類のひとつに「内斜視」があり、目が内側に寄ってしまう病気です。

急性内斜視になる原因は、ゲームやスマートフォンのやりすぎといわれています。

画面を目から離して(30センチ以上離す！)、使う時間をお家の人と決めましょう。

こちらは  
いじょうなし



かためが  
うちがわに  
よったまま、  
もどらない。

うらがわに  
あるよ！

みず できごと  
水で適当にながして、てあら  
手洗いはおしまい…と、なっていませんか。  
ただ てあら  
正しい手洗いを、お家でも練習して、もう一度意識を高めましょう！

