

いちよう通信

令和8年9月18日
練馬区立大泉第三小学校
いちよう学級
第19号

目の健康

9月3日の計測の時間に、養護教諭から「目の健康」についての話を聞きました。

- ①まばたきは1分間に何回している？ → 約20回
- ②目と画面は、どのくらい空けるとよい？ → 30cmぐらい
- ③横になってテレビを見るのは、目によい？ → 悪い
- ④目によい生活は？ → 早く寝る・外遊びをする・バランスよく食べる

子供たちの目の健康のために、学校でも気を付けていきたいと思います。ご家庭でも意識してみてください。

宿泊学習（3～6年）

詳細は、説明会資料をご覧ください。ご準備よろしく申し上げます。

- ☐ 大きいバッグ・・・24日（木）まで
- ☐ 薬・・・・・・・・・・28日（月）まで
- ☐ リュックサック・・・28日（月）
- ☐ 持ち物チェック・・・28日（月）2～4校時
- ☐ 健康カード記入・・・29日（火）から

9月21日～9月25日の予定

	21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)
	敬老の日	国民の休日	秋分の日		・特別時程4時間
1				リトミック	1～3年 生単
2					4～6年 図工
				音楽	生単
				中休み	
3				算数	1～3年 図工
4					4～6年 生単
				国語	図工
				給食・そうじ(木)・昼休み(木)	
5				生活単元	
6					
1年				14:30	12:55
2年					
3年					
4年					
5年					
6年					