

ほけんだより



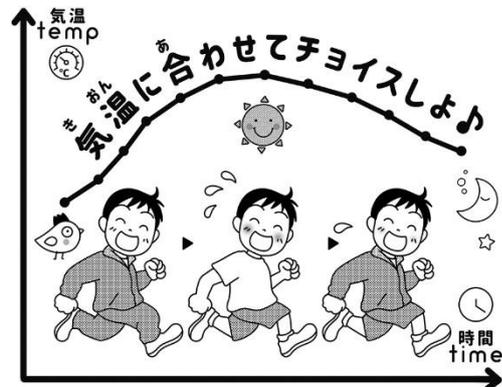
令和5年10月2日
練馬区立大泉西小学校
校長：岩切 洋一
養護教諭：村松 優理

10月になり、外でも過ごしやすい季節になりました。

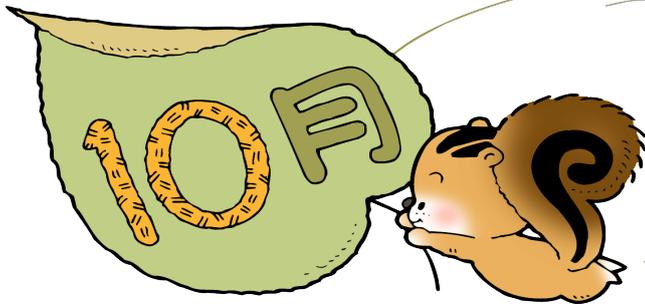
朝と日中の気温差がはげしく、つかれやすい時期でも

あります。上着などで調整しやすい服装を心がけ、10月

も元気に過ごしましょう。



10月の保健目標



目を大切にしよう

「目のつかれ」「見えづらい」…どうして？

しせいがよくない



あかるさがたりない



きゆうけいをとっていない



目をちかづけすぎている



目の疲れ予防は

周りの環境から！

①明るさ

②物との距離は

20センチ離す

ぜひ意識して過ごしてみてくださいね！

保護者の方へ

日頃から学校保健活動にご理解ご協力をいただき、ありがとうございます。

2学期の身体測定をクラスごとに実施します。測定が終わり次第、身体測定結果を封筒に入れてお渡しします。中身については抜いていただき、封筒は表紙に押印の上、担任までお戻しください。