

ほけんだより 10月

古河市立古河第四小学校保健室 No.6 H30. 10. 5

10月になり、少しずつ涼しくなり、過ごしやすい季節になってきました。季節の変わり目は体調を崩しやすくなります。気温に合わせた服装を心がけましょう。これからやってくるかぜの季節に向けて、かぜにまけない丈夫な体をつくっていきましょう。

10月の保健目標

目を大切にしよう



10月の保健行事

9日(火) 来年度入学予定者の健康診断のため、お手伝いの6年生
女子児童は、16:00下校予定です。

衣替えは少しずつ……

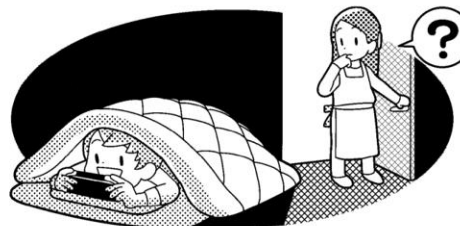
10月は衣替えの季節ですが、まだ暑い日があります。気温に応じて脱ぎ着できる上着を持っておくとよいでしょう。



10月10日 目の愛護デー

視力低下を招く、こんな行動をしていませんか？

布団の中でゲームをしている



時間を決めずにゲームをしたりテレビを見たりしている



寝転んでテレビを見ている

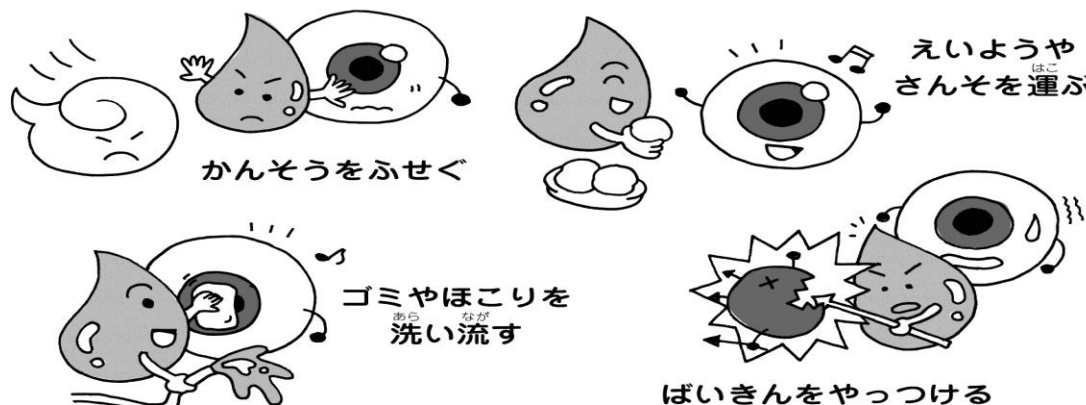


前髪が長く、目にかかっている



視力が低下している子どもが多くなっています。ゲームをしたりテレビを見たりするときは、明るい部屋で、時間を決めてするようにして、目の健康を守りましょう。

たいせつな目を守る！ なみだのはたらき



11月に、4年生の希望者を対象に、色覚検査を実施いたします。後日文書でお知らせいたします。