



令和7年度 中央小学校 ほけんしつ

朝や夕方の風が涼しくなり、秋の気配を感じるようになりましたね。
その一方で、日中の暑さとの気温差が大きくなってくるので、体調をくずしやすい時期です。
また、かぜや感染症にもまけないように、毎日の手洗い・うがいをしっかりして、秋も元気に過ごしましょう😊

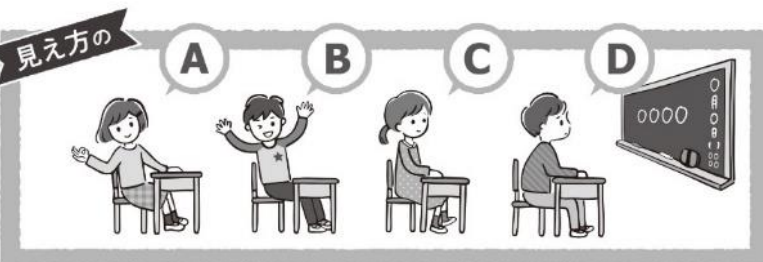
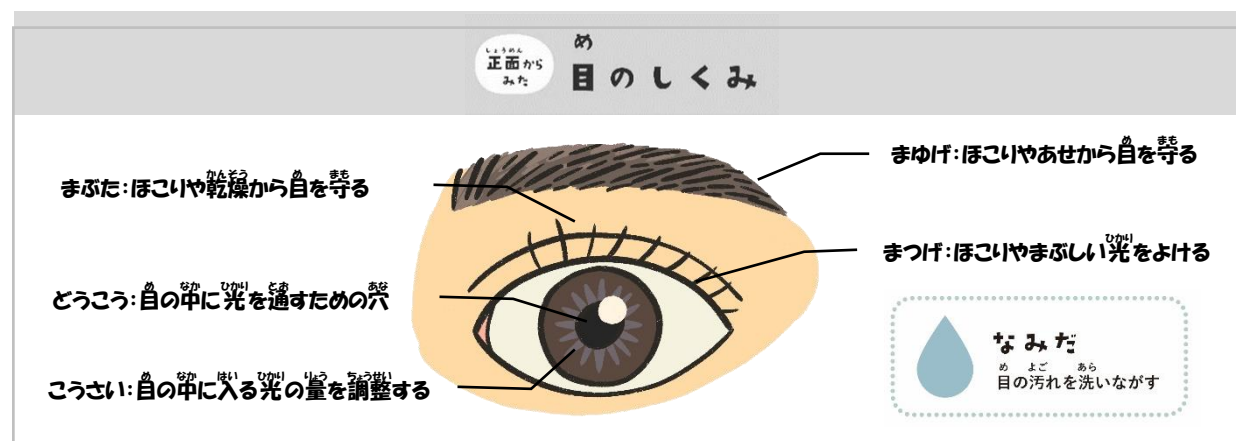
10月10日は
目の愛護デー



目を大切に
していますか？



私たちの「目」は、毎日休むことなく働いてくれています。大切な「目」はどんなしくみでしようか…



A [1.0以上]
一番うしろの席からでも黒板の文字がよく見えています。

B [0.7~0.9]
うしろの席からでも黒板の文字はほとんど見えています。

C [0.3~0.6]
うしろの席では黒板の文字が見えにくいことがあります。

D [0.2以下]
前の席からでも黒板の文字が見えにくいことがあります。

【おうちのかたへ】

視力が両目（裸眼）AA ではなくったお子様には、きいろの「視力手帳」をお渡ししています。ご確認ください。
のうえ、押印してご提出ください。

また、病院を受診の際は、視力手帳を持参し、主治医に結果をご記入いただき、ご提出をお願いします。



子どものメガネはいつから？

「子どもが小さいうちからメガネはかわいそう」と言う人もいます。
子どもの視力は8歳頃までに大人と同様の機能が完成するとされ、特に6歳頃までが重要な時期と言われています。この時期に見えにくい状態のままでいると、より見えにくくなったり、メガネやコンタクトレンズをつけても矯正されない「弱視」になったりしてしまうことも。



お子さんに以下の様子があったら早めに眼科へ

前のめりになって見る 見る時に目を細めている など



メガネを選ぶ時大事なのは「お子さんが喜ぶもの」を選ぶこと。気に入らないものだとどうしてもかけ続けるのが難しくなります。色や形など好みに合わせて選ぶのがポイントです。

手洗い忘れていませんか？



秋になってから、こんな症状ありませんか？

