

れいわ ねんど ちゅうおうしょうがっこう 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、音節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、刺も元気に 過ごしましょう⊖

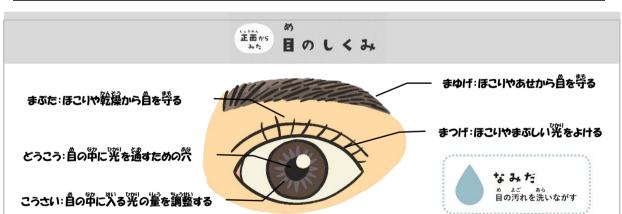


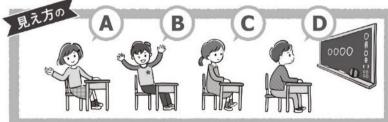


管を大切にして



○私たちの「首」は、毎日休むことなく働いてくれています。 大切な「首」はどんなしくみでしょうか・・・





A [1.0以上]

一番うしろの麓 からでも黒板の 文学がよく見え ています。

B 0.7~0.9

うしろの蓆から でも黒粒の文学 はほとんど覚え ています。

C[0.3~0.6]

うしろの驚では 黒版の文学が覚 えにくいことが あります。

D [0.2以下]

齢の驚からでも 黒版の文字が見 えにくいことが あります。

【おうちのかたへ】

視力が満首(裸娘)AA ではなか ったお字様には、きいろの「視力 「手帳」をお渡ししています。**ご確認**

のうえ、押削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言われ、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つ

前のめりになって見る 見る時に目を細めている



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

多ない忘れていませんか? *******

00/00/00/00/00/00/

外から帰った時





トイレの後

せきや くしゃみをした時





ごはんを食べる前

<u> 自に見えなくても手にはバイキンがたくさんついています。こまめに手を洗いましょう。</u>

☆ ☆ 萩になってから、こんな症状ありませんか? ◇ ◇



皮膚のかゆみ 食欲がない

···もしかして、寒暖差アレルギーかも。

よく聞くアレルギーは体を守る「免疫機能」の過剰反応に よるものですが、寒暖差アレルギーは、体の機能をコントロ ールしてくれる「自律神経」が、急な温度変化でうまく働か なくなってしまうことが原因で起こります。 正確には「アレ ルギー」ではないのですが、症状が似ているのでこのように

脱ぎ着しやすい服 装で、気温差に自分

を持っておくと便利です。

規則正しい生活を