



スクールカウンセラーだより

令和7年 9月
文責 嘉本知子



ちゅうおうしょうがっこう

中央小学校のみなさんへ

きび あつ つづ ねつちゅうしょう しんばい まいにち ときおり ふう かぜ あき おとす かん
厳しい暑さが続き、熱中症も心配な毎日ですが、時折吹く風に秋の訪れを感じます。

なつやす たの がっこう はじ とうげ こう あつ たいへん
夏休みは楽しかったですか？ 学校が始まるのはうれしいけれど、登下校が暑くて大変に

おも ひと きゅう き そくただ せいゆつ ひと
思う人もいでしょう。急に規則正しい生活にもどるのはつらい人もいでしょう。

ちやうと つか かん がっこう い いや そうだんしつ はな き
ちょっと疲れたと感じたり、学校に行くのが嫌だと思ったら、相談室に話しに来てくだ

さい。なんでも、どんなことでも、お聞きします。ひみつはまもります。

こんご そうだんば てい
今後の相談予定

嘉本来校予定日

9月： 4日 18日
10月： 2日 16日 30日
11月： 13日 27日
12月： 11日 全て木曜日

浅井 SC 来校予定日

9月12日 (金)
10月10日 (金)
11月14日 (金)
12月12日 (金)

スマホを見すぎると、「内斜視」になるそうです！

先日、NHKのニュースで内斜視を取り上げていました。子どもや若者は視機能の
発達途上にあるため、スマホの使い過ぎによる内斜視のリスクに注意が必要とのこと。
番組に登場していた高校生は、物が二重に見えたり、遠近感がつかみにくなったために、
野球ができなくなり、こけやすくなったそうです。

スマホの使用時間を短くしたり、画面と目の距離を話したりすることで、少しずつ良く
なっているとのことでした。

現代人には避けて通れない問題かもしれませんが、気をつけてほしいです。