

ほけんだより 10月号

上岩出小学校 2025年10月7日 ほけんしつ発行

朝夕の風が涼しく、過ごしやすい季節になり、秋の気配を感じますね。日中の暑さと朝夕の肌寒さ、気温差が大きくなってくるこの時期は体調を崩しやすいので、風邪や感染症に気をつけましょう。

10月10日は...



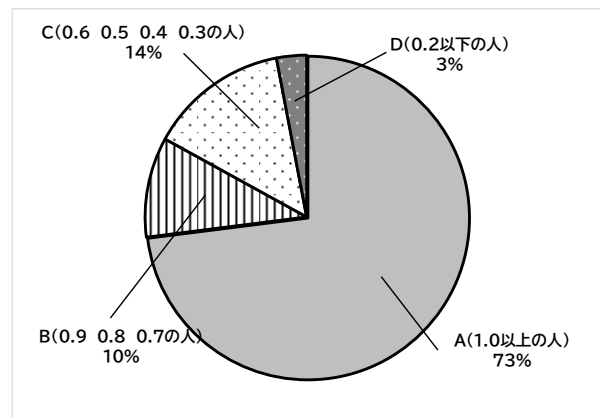
私たちはまわりの様子を知らず、見る「見る」「聞く」「味わう」「においをかぐ」「さわる」の5つの方法で知ろうとします。なかでも、人は「目で見ること」で87%の情報を知ると言われています。その大切な目を守るために、生活をふりかえって、目に良い生活を心がけましょう。



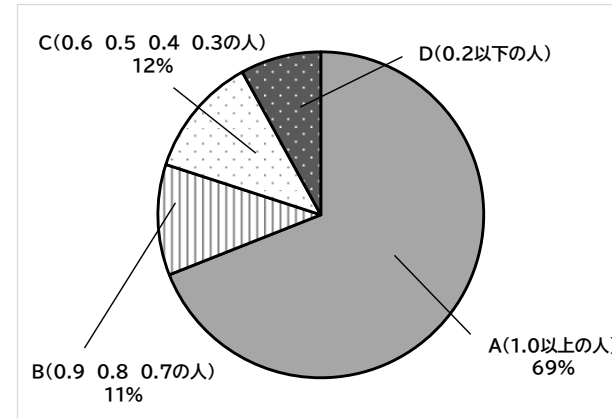
いろいろな役割をしながら、大事な目を守ってくれているよ。目を守るために、自分でできることもあるよ。それは目を使いすぎないこと。スマホなどの画面をみるときは、30分に1回は休憩をしてね

視力検査の結果

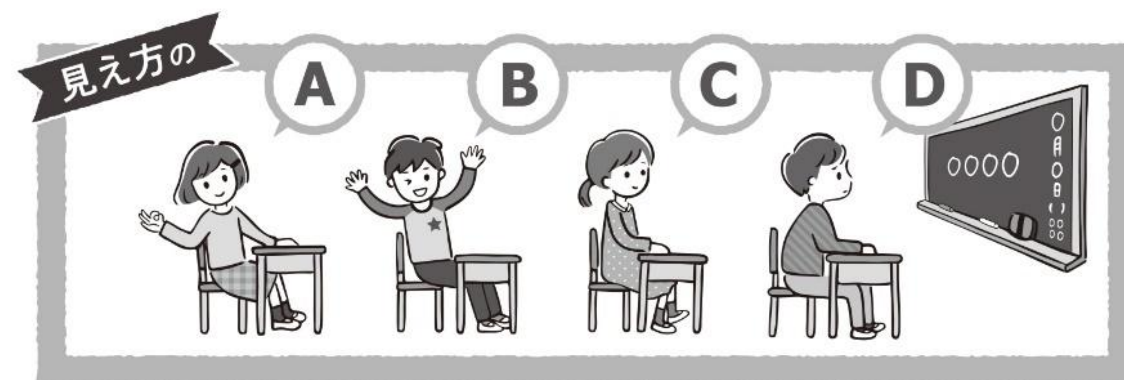
令和7年度4月 上岩出小学校結果



令和6年度 和歌山県(小学生)結果



和歌山県の結果とくらべて、どう感じましたか？和歌山県の結果とくらべて、Dの人の数が少なかったですが、今、目に優しい生活を送れていますか？おうちでゲームやテレビをするときはあらかじめ時間を決めておきましょうね！



A [1.0以上]

一番うしろの席からでも黒板の文字はよく見えています。

B [0.7~0.9]

うしろのほうでも黒板の文字はほとんど読めます。

C [0.3~0.6]

うしろのほうでも黒板の文字は見えにくいです。

D [0.2以下]

前の席でも黒板の見え方は十分とは言えません。対策が必要です。

☑ おうちの方へ

①視力が両目 AA ではなかった人にきいろの「視力手帳」を配布しています。

病院に行く際は視力手帳を忘れず持参し、主治医様に結果を書いてもらって下さい。受診しない場合はサイン・印鑑を押し、提出をお願いします。

②9月の二計測・視力検査の結果を書いた「けんこうカード」を配布しています。



どちらも6年間使用します。サイン・印鑑を押し、学校まで提出をお願いします。