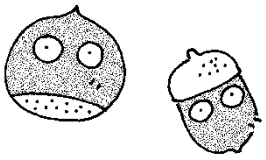
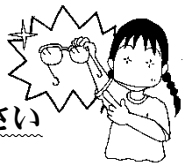


玉村町立南小学校
平成２８年９月３０日

≪１０月の保健目標≫
目を大切にしよう！

秋雨前線の影響で曇りや雨の日が多く、運動会練習も体育館で行うことが多かった今年ですが、本番では一人一人が一生懸命練習した成果を発揮し、とてもすばらしかったです。１０月は、校外学習や遠足がたくさんあります。また、１１月の持久走大会に向けての練習も始まります。

季節の変わり目で朝晩の気温差が激しく、かぜをひきやすいので、体調を崩さないように規則正しい生活を心がけましょう。



◎秋の視力検査を行います

※眼鏡を持っている人は、必ず持ってきてください

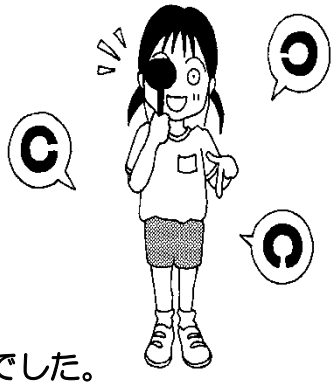
１０／２０（木）・・・５年、６年
１０／２１（金）・・・１年、２年
１０／２４（月）・・・３年、４年

◆全員へ「秋の視力検査結果のお知らせ」を配布します
◆視力Ｂ以下の児童には「受診のおすすめ」を配布します

≪裸眼視力 1.0 未満（B，C，D）の児童≫

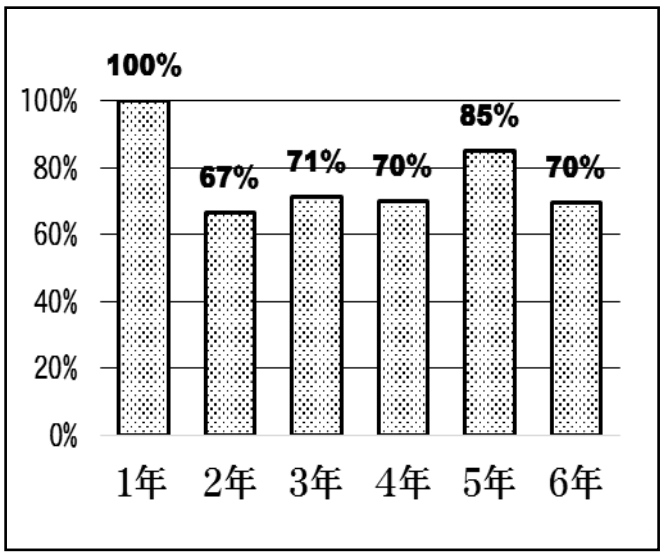
南小H28，群馬県H27

学年	1年	2年	3年	4年	5年	6年	計
南小	2人 3.9%	8人 19.5%	15人 25.4%	18人 33.3%	22人 35.5%	20人 30.8%	85人 25.6%
群馬県	17.2%	23.3%	26.9%	35.3%	39.9%	42.8%	55.3%
全国	19.0%	22.5%	27.4%	33.5%	39.6%	43.4%	54.1%



☆南小は、裸眼視力 1.0 未満の人が、全国・群馬県の平均より少ない結果でした。

≪眼科受診率(％)≫



両目の視力に差が出るわけとは・・・？

眼科受診のおすすめをもらった人の中に、右はＡなのに左がＢだった…などという人はいませんか？
視力に左右差があることを『不同視（ふどうし）』といいます。

□テレビを見るときに身体がななめを向いている
□勉強するときや本を読むときに肘をついている
□寝転がって本を読んだりゲームをしたりする

上記ように、物を正面から見ずに斜め方向から見る癖がついていると、両目の視力に差がでやすいです。
視力のずれが少ないと、見えづらさも小さいですが、不同視をみつけたら早期に受診することが大切です。

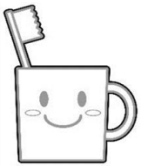
☆１年生は眼科受診率 100％を達成しました。未受診の人は早めの受診をお願いいたします。

◎はみがきカレンダーにご協力いただきありがとうございました！

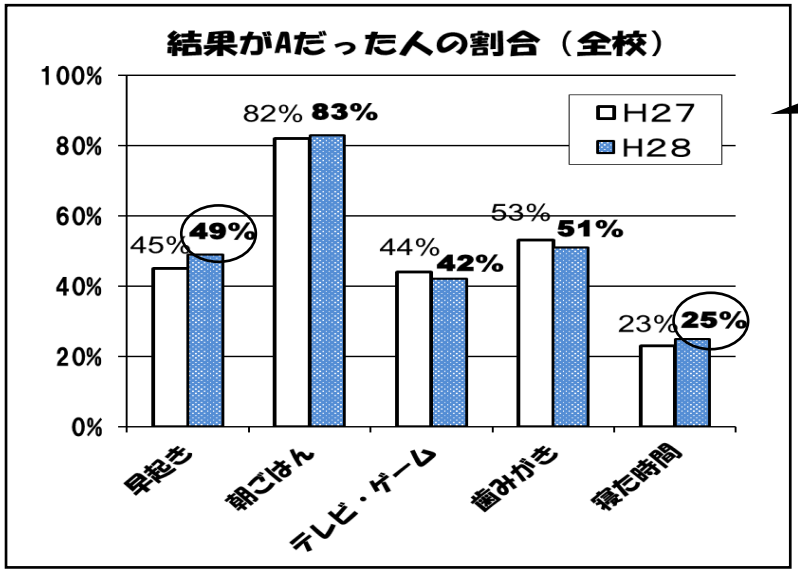
子どもたちからの感想

１日３回やったら歯がとてもきもちよかった。

歯ぐきの方までみがいて、し肉えんをふせぎたいと思います。



「昼の歯みがきができなかった」と感想を書いている人が多くいました。昼は忙しいので毎日みがくのは難しいと思いますが、給食の【はみがきタイム】をぜひ習慣にして、１日３回の歯みがきを達成できるようにがんばりましょう!



元気カードにご協力いただきありがとうございました！

それぞれの項目で、結果がＡだった人の割合を計算しました。
「早起き」と「寝た時間」の項目の、Ａの割合がどちらも増えていることから『**早く寝れば、早く起きられる**』ということがよくわかります。
一方で、テレビ・ゲームと歯みがきは、Ａの人が少ない結果でした。歯肉炎の改善のためにも、**3分間の夜の歯みがきは習慣にできるとよいですね。**

◎1年生を対象に色覚検査を実施します【10月26日（水）】
【10月4日（火）希望調査配布、10月7日（金）までに提出】

群馬県では、色覚異常の児童生徒に配慮した指導ができるよう、小１・中１・高１において希望調査を行い、色覚検査を実施することになりました。対象学年ではないお子さんも希望があれば色覚検査を実施しますので、１０月中に担任または養護教諭まで申し出てください。

◎持久走大会の練習前　健康調査を配布しました。
【9月30日（金）健康調査配布、10月3日（月）までに提出】

～記入上の注意～

☆ 記入もれ、捺印もれがないようご確認ください。
☆ 必ず保護者の方がご記入ください。
☆ 健康調査に記入した内容に変化があった場合は、連絡帳等で担任へご連絡ください。

保護者の方へ

持久走は、日頃健康なお子さんでも、突然の体調不良などが起こりやすい運動です。校内の体制について教職員間で再度確認し、安全に十分留意して指導していきたいと思っておりますので、保護者の皆さまにも、今回の健康調査のみならず、**日頃の体調管理（早寝・早起き・朝ごはん）**や**朝の健康観察（検温・食欲・顔色・言動）**にご協力いただきますようお願いいたします。