

ほけんだより

心もからだも元気いっぱい

令和 2年 10月 2日
第16号 神石小学校

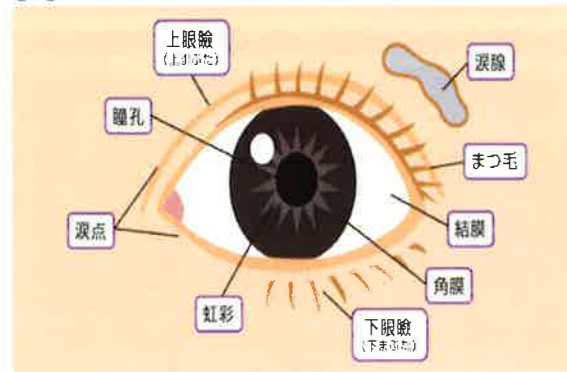
10月10日は『目の愛護デー』



～目の健康や大切さについて考える日～

「見る力」には、目だけでなく、脳の発達も必要です。さまざまなものを見て、からだを動かし、経験する中で、「見る力」はぐんぐん育っていきます。お天気のよい日は外に出て、目と脳にもたっぷり栄養をあげましょう。

目のしくみ



目は、目玉と言われるように、目全体は、丸いボールのような形をしています。黒目の真ん中にある「瞳孔」から、光が入ります。「虹彩」で光の量を調節しています。まつ毛は、上に約150本、下には約70本あり、目にゴミが入るのを防いでいます。

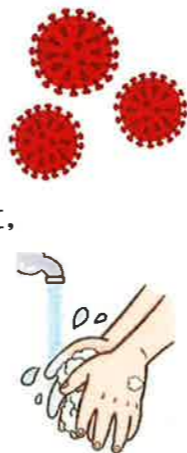
10月中旬に2回目の視力検査をします！

「コロナウイルス」は目も入り口です！

口や鼻を入口に体の中へ入ってくる「新型コロナウイルス」目からも入る可能性があるのを知っていますか？感染している人のせきやくしゃみのしぶきに含まれるウイルスが目の表面についたり、ウイルスのついた手で目を触ったりこすったりすると、体の中に入ってくるかもしれないのです。

そこで、大切なのはやっぱり・・・「ていねいな手洗い」です！

洗っていない手で目を触らないようにしましょう。



「手洗い・マスク」徹底しましょう！



県内でも全国でも、「新型コロナウイルス感染症」による集団感染(クラスター)がたびたび報告されています。

10月に入り、日中の暑さもずいぶんやわらぎ、熱中症のリスクも低くなりました。マスクをするのも少しくなってきたかもしれませんが、

2m以上の間隔がとれないときはマスクの着用を習慣づけましょう。

マスクをしていない食事中などは「しゃべらず黙って食べる」など、工夫して生活しましょう。

つめを短く切り、せいけつなハンカチを持ってきましたましよう。

お口の川柳 先生賞



夏休みの宿題でがんばった「お口の川柳」の作品について、毎年恒例の校内審査をおこないました。先生が1人1作品を選んで表彰しました。全員の作品を保健室前に掲示しています。

残念ながら賞に入らなかった人も、歯や口にまつわる思いがたくさん込められ、どの作品もとても素晴らしく、心温まるものばかりでした。また、今年度はコロナに関する内容も含まれていました。町の審査結果は11月の予定です。

おうちのかたへ

「コロナウイルス対応」にかかわって、毎日の健康観察カードへの記入等、ご協力ありがとうございます。まだまだ先が見えない状態ですが、子どもたちの日々の様子を見ると、自分の健康への意識がコロナが流行する前よりも高まってきていると感じます。普段のよりていねいな健康管理が免疫力を高めることにつながります。ご家庭においても、引き続き家族ぐるみでの健康管理をよろしくお願ひいたします。

社会福祉協議会より、「マスク」の寄付をいただきました。

予備のマスクを持っていない児童がたくさんみられます。学校で途中でひもが切れたり、ぬれたりして使えなくなる児童もみられますので、予備のマスクを1枚持たせてください。名前の記入もお願いします。ご協力よろしくお願ひいたします。

