



令和元年10月1日
鹿嶋市立高松小学校
保健室
NO.6

すっきりと晴れた青空が気持ちのよい季節になりました。お天気のよい日は、汗ばむくらいですが、雨の日や朝晩は、ひんやりして肌寒く感じます。朝、何を着たらよいか迷うくらいです。気温の変化が大きい時は、体の調子もおかしくなりがちです。保健室にも発熱やかぜの症状で来室する児童ができました。脱いだり着たりできる服装で、うまく調節したいものです。



今月の保健行事

視力検査

- 21日(月) 2・3年生
- 23日(水) 4・5年生
- 25日(金) 6年生

*1年生は9月27日に、視覚検診を行ったので、実施しません。

【おうちの方へ】

4月の視力検査でB以下の児童（眼科受診済みの児童は除く）を対象に行います。他にも、視力検査を希望する児童がいれば、実施できます。その際には、連絡帳などで担任までお知らせください。

検査終了後、視力がB以下の児童には、結果をお知らせしたいと思います。

すでに眼科を受診され、受診結果報告書をまだ学校に提出されていない方は、おうちの方が記入して提出をお願いします。

また、色覚異常が気になる場合には、学校で個別の検査を受けることができます。検査は養護教諭が行います。希望される方は担任に連絡帳などでお知らせください。



大切にしていますか？ あなたの「目」

目にやさしくできているのはどの子かな？
線をたどって目の声を聞いてみよう。

Aくん

暗い部屋で
本を読んでいるよ

Bさん

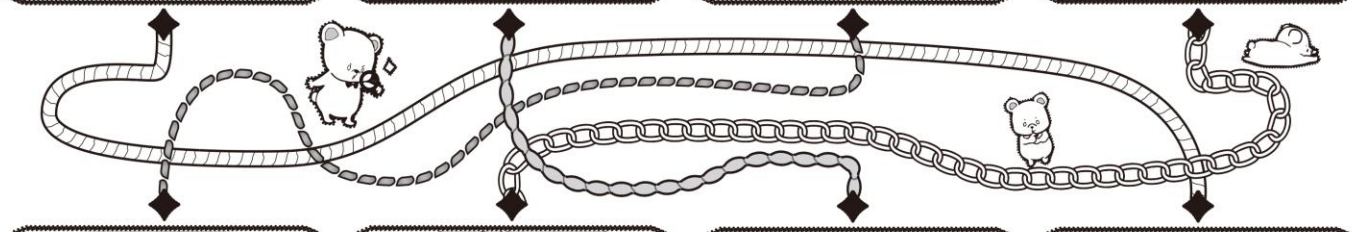
休憩せずに
ゲームをしているよ

Cさん

前髪が目
かかっているよ

Dくん

スマホを見るのはやめて
早く寝るよ



前が見えにくいよー
チクチクあたって痛いよー

前髪は短く切るか、
ピンで留めよう

しっかり休ませてくれて
ありがとう

体も目も
休息が大切だね

まばたきの回数が減って
乾いてしまうよー

1時間おきに
10～15分の休憩をとろう

光が足りないよー
筋肉が疲れるよー

本を読んだり勉強するときは
部屋を明るくしよう

色の見え方いろいろ

友達と同じ写真を見ていて、青と緑の中間くらいの色を「これは青だ。」「いや、これは緑でしょ。」と見え方に違いがあるのに気づくことがあります。同じ色なのにどうして？

ものを見たときに色を感じとっているのが目の網膜にある細胞です。赤担当、緑担当、青担当の3種類があります。それぞれの細胞の数などは、人によってちょっとずつ違って、見え方にも個人差があるといわれています。

今隣にいる人にも、自分とはちょっとだけ違う世界が見えているのかもしれないね。