

ほけんだより



だいとうしりつしじょうきだしょうがっこう
大東市立四条北小学校

ほけんしつ
保健室

へいせい ねん
平成27年(2015年)

10月

スポーツ・読書・お絵かきや音楽…みなさんは何が
すきですか？秋は全部楽しめる季節。好きなことが
なかなか見つからない人も、この機会に新しく
チャレンジしてみませんか？自分のいがないな才能が
みつかるかもしれませんよ？



がつ ほけんもくひょう め
10月の保健目標 目をたいせつにしよう

～しっかり見えていますか？～

学校で行う視力検査は、おもに黒板の字がよく見えているかどうかを
調べるものです。視力には、いろいろな見え方があるので視力検査の
結果がAやBで、黒板の字など遠くはよく見えても、教科書やノート
など近くがぼやけて見えにくいこともあります。

こんなときは、教えてください。

- ★黒板の字がぼやけて見える
- ★教科書やノートの文字が見えにくい
- ★本を読んだり、勉強をしているとき、よく頭がいたくなる

め
目がつかれた時に
ためしてみよう！



保護者のみなさまへ

*10月の保健行事

視力検査(全学年)(5日～16日)

各クラス、現在行っている途中です。治療勧告書は、全学年の検査が終わって
から、裸眼視力B・C・D・矯正視力(眼鏡)C・Dの児童に渡します。
発達途中の子どもの視力は変化をしやすいので、勧告書をもったら眼科の受
診をおすすめします。

今回の視力検査前後で、すでに眼科で受診しているご家庭がありましたら、担
任までお知らせください。

* 四条北小 感染症情報

マイコプラズマ感染症(報告を受けたもの)

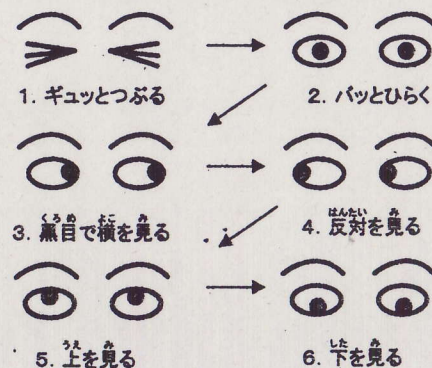
6年生…1名 4年生…2名

マイコプラズマは出席停止になります。咳を主症状とするマイコプラズマが病
因です。エックス線写真で独特の影が出る肺炎を有します。

- ・潜伏期間…2～3週間
- ・感染経路…飛まつ感染(かぜと一緒に)
- ・症状…ゆっくりと始まるかぜ様症状で、しつこい乾咳です
- ・予防方法…手洗い・うがい・マスク

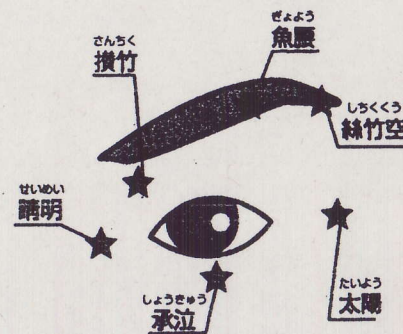
ただのかぜと思っても全身症状がいつまでもよくなる、咳・発熱がしつこ
く続くなどありましたら、病院で受診してください。

目のたいそう



1～6を数回くりかえす

目のまわりのツボ押し



★の場所を、指で気持ちのいい強さでおす