ほけんだより 6月

R3.６寝屋川市立北小学校　保健室

雨のきせつになりました。雨は空気中の汚れをきれいにしてくれます。また、雨の音は、人の心を落ち着かせてくれます。雨の日は耳をすませて雨音をきいてみてね。きもちがゆったりするよ♪♪傘にあたる雨音も楽しいよ♪

目を大事にしよう！

北小 視力検査の結果

視力がA(１．０)いがい の人

１ねん	７人
２ねん	２６人
３ねん	２３人
４ねん	４９人
５ねん	５０人
６ねん	３７人

たまには遠くの景色を眺めてリラックス

目が疲れたときは蒸しタオルなどで温める

メガネ、コンタクトは自分の度にあったものに

ゲームやスマホの見すぎに注意

雨の日はきけんがいっぱい

ろうかやきょうしつでは、あるきましょう！

かさをさすとまわりがみえにくくなるよ。いつもよりまわりに気をつけよう！

ゆかがぬれていることがあるよ。きをつけよう！

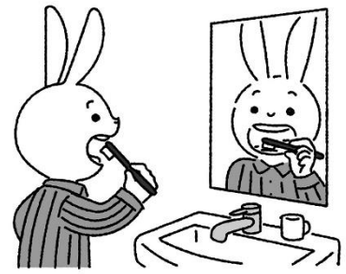
まわりが見えていますか？

無意識に

振っていませんか？

かさをもつときは人にあたらないようにきをつけて！

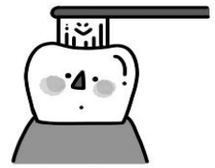
6月は歯科検診があります！



かがみを見て、みがきのこしのないようにしよう！

歯ブラシのさまざまな部分でみがこう

かみ合わせの部分には…



毛先の全体をあてる！

歯の裏には…

「つま先」や「かかと」をあてる！

歯と歯肉のさかい目には…

毛先をななめにあてる！

保護者様へ

新型コロナウィルスの影響により、検診の日程の変更などでご迷惑おかけして申し訳ありません。今後も感染状況によって、学校医と相談の上、検診の日程や方法を変更する可能性があります。ご協力よろしくお願い致します。

視力検査の結果について、結果が A 以外の児童に治療のお知らせを配布しております。視力はその日の体調や天気、目の疲れ具合や精神状態によっても変化します。最近、スマホ等の情報機器を使用する機会が増え、目の疲れにより一時的に視力が低下している児童が見受けられます。目が見えにくい状態を放っておくと、頭痛や肩こり、集中力の低下などの症状を引き起こす事もあります。ご家庭でも、スマホ等の情報機器を使用の際は気を付けて頂けたらと思います。