

# すこやか



磐田市立青城小学校  
ほけんだより  
令和4年10月発行



こんげつ ほけんもくひょう  
今月の保健目標

## め たいせつ 目を大切にしよう

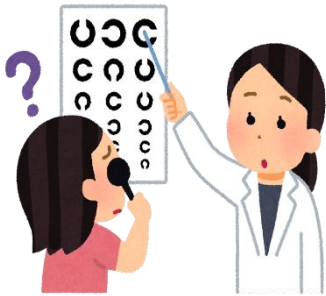
青城小は  
24.7%です。

しりょく たいか すす  
視力低下が進んでいます

かき ひょう ぜんこく けんこうしんだん けっか  
下記の表は全国の健康診断の結果です。

しりょく みまん ひと 視力1.0未満の人	2002年	2022年
	約25.7%	約36.9%

ねんかん やく ぶ  
20年間で約11.2%増えています！



がっき おこな しりょくけんさ けっか  
1学期に行った視力検査の結果です。めがねをかけないで視力がA(1.0以上)だった人は、69.5%でした。視力がB以下だった人は、24.7%でした。スマートフォンやゲーム等の普及により近くを見る機会が増え、長時間利用していることが視力低下の一因ともいわれています。

## ★ タブレット・ゲームとの付き合い方を見直そう ★

- ついつい長い時間、タブレットやゲーム、テレビを見ている人はいませんか？大切な目を守るためにも、ルールを決めて付き合しましょう。





10月15日は「世界手洗いの日」

## どうして手洗いは大切なの？

ドアノブや手すり、  
机やスイッチなど、  
みんながさわると  
ころには見えないバイ  
キンがたくさん！



手についたバイキンは、  
口や鼻、目などから体  
の中に入って、悪さを  
します。体を守ろうと  
する力が弱まっている  
と、カゼをひいたり病  
気になったりします。

だから、手洗い。  
石けんを使って、  
つめの間、手の甲、  
指の間、手首まで  
しっかり洗おう。



手を洗ったあとは、きれいなタオルでふいてね

## ★ 歯科受診のお知らせを再発行します ★

歯科検診から4ヶ月がたちました。まだ、受診がすんでいない人は、2学期中に必ず受診をしましょう！特にむし歯は、進行してしまっただけでは、治療も長引き、痛みも増えてしまいます。新しいむし歯ができてしまう前に、歯科受診をしましょう。既に受診が済んでいる人は、おうちの人にサインをしてもらい、学校に提出しましょう。



保護者の皆様

## ❀ もうすぐ運動会、修学旅行です ❀

運動会まで残り2週間を切りました。授業や休み時間を使って、協力してダンスの練習をする姿や目標に向かって頑張る姿が見られます。運動会の次の週には、6年生の修学旅行があります。自分たちで目標を明確に立て、実りある2日間にするための準備をしています。

9月は季節の変わり目ということもあり、体調を崩して保健室に来るお子さんが多くいました。ご家庭での健康観察を念入りに行っていただき、少しでも体調不良がみられましたら、ご家庭で休養していただきますようお願いいたします。医療機関で検査をされた場合は、必ず学校へ連絡をしていただきますよう、重ねてお願い申し上げます。

青城小のみなさんが、元気に運動会、修学旅行を迎えることができますよう、御家族の皆さんも感染症予防に御協力ください。

