



ほけんだより 10月

令和3年10月1日発行
日南市立大窪小学校保健室

おうちのかたと
いっしょによんでね

過ごしやすい季節になりました…!

朝夕の風が涼しく、秋の気配を感じますね。日中の暑さと朝夕の肌寒さで気温差が大きくなるこの時期は、体調をくずしやすいです。十分に気をつけましょう。

【10月の保健目標】

目を大切にしよう。



10月10日は

目の愛護デー

まゆげ

おでこから流れてくる汗が目に入らないように、ここでとめるんだよ!

まつげ

目に強い風があたったり、ほこりが入ったりすることを防ぐんだよ!

まぶたき

まぶたはパチパチととして、涙が目の全体に行きわたるようにしているよ!

まぶた

目にボールがぶつかったとき、虫が飛んできたときなどに、パッと閉じて目を守るんだよ!

魚にはまぶたがないんだよ



なみだ

泣いていないときも、いつも涙は目の表面を流れているよ! 目が乾かないように、目に栄養を送るんだ!



心当たりのある人は気をつけて!



スマートフォンやタブレットを使っている



横になってテレビを見ている



ゲームは休憩せずに長時間、することが多い

まい え み
2枚の絵を見くらべて

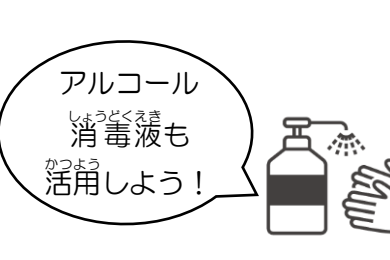
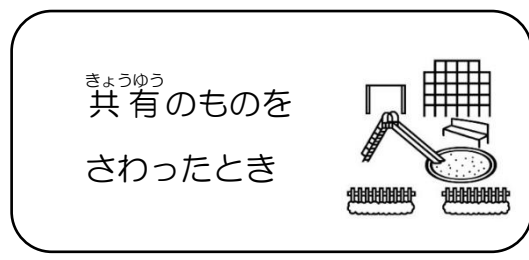
7つのま ち が い をさがそう!



しんがた^{かんせんしやう}
新型コロナウイルス感染症の
りゆうこう^{つづ}
流行が続いています
であら
手洗いを
しっかりしましょう



10月15日
せかいてあら
世界手洗いの日



保護者のみなさまへ

日頃より新型コロナウイルス感染症対策にご協力いただき、ありがとうございます。
休日・祝日も含めた毎日の検温を実施していただいているところですが、発熱があった場合は、体温チェックカードへの記入に加え、学級担任へ一言ご連絡いただきますよう、よろしく願いいたします。