

ほけんだより

川上小学校
令和6年 10月4日

10月15日は
世界手洗いの日

あらいでできていますか？

今年^{ことし}は暑^{あつ}い日^ひが長^{なが}く続^{つづ}きましたか、ようやく過^すごしやす^{やす}い気^き候^{こう}になりそうです。
今^{いま}月は運^{うん}動^{どう}会^{かい}があり、体^{からだ}を動^{うご}かすこと^{こと}が多^{おほ}くなります。スポ-ツの秋^{あき}を楽^{たの}しみつつ、
栄^{えい}養^{よう}・休^{きゅう}息^{そく}をし^しっかりと^とって、体^{たい}調^{ちょう}管^{かん}理^りに気^きをつ^つけましょ^うう。スポ-ツのイセにも、
秋^{あき}は色^{いろ}々な^なこと^{こと}を楽^{たの}しめる^し季^き節^{せつ}です。読^よ書^{しょ}や芸^{げい}術^{じゆつ}など^{など}に取^とり組^くむのも良^よいですね。

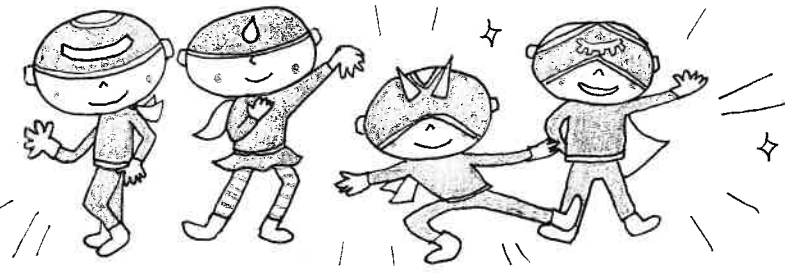
世界中^{せかいじゅう}の子^こども^{ども}たち^{たち}がき^ちん^とと手^てを洗^{あら}うこと^{こと}が^ができ^きれば、
予^よ防^{ぼう}でき^きる病^{びょう}気^きで命^{いのち}を落^おとすこと^{こと}が^がな^なく^くなり、毎^{まい}年^{ねん}100万^{まん}人の
命^{いのち}を^{まも}る^ること^{こと}が^ができ^きると^と言^いわ^われ^れて^てい^いま^ます。
きれいな水^{みづ}と石^{いし}けん^で手^てを洗^{あら}うこと^{こと}が^ができ^きること^{こと}は、世^せ界^{かい}か^から^ら見^みると
と^とても^も思^{おも}い^いま^まれた^たこ^ことな^なの^のです。

こんなことしていませんか？

- 水^{みづ}でぬ^ぬらす^すだけ
- 洗^{あら}った^たふ^ふり^りを^をする
- 洗^{あら}った^た後^{あと}に^に服^{ふく}で^でふ^ふく
- 洗^{あら}った^た後^{あと}、^あか^かない

参^{さん}上^{じょう}!

目をマモルンジャー



みんなもいっしょに
目をまも^{まも}て^てくれ^{くれ}よ^よな!!



まぶた
まぶた^{まぶた}き^きを^をし^して、目^めにほ^ほこ^こり^りな^など^どか^か入^いる^るの^のを^を防^ぼう^うい^いたり、目^めが^が乾^{かん}燥^{そう}する^{する}の^のを^を防^ぼう^うい^いたり^{たり}、目^めを^を防^ぼう^うい^いているぞ!!



まゆげ
目^めに汗^{あせ}が^が入^いる^るの^のを^を防^ぼう^うい^いたり、
日^ひざ^ざしが^が強^{つよ}い^いと^ときに^に目^め元^{もと}に^に
か^かげ^げを^を作^{つく}ったり^{たり}し^して^てい^いる^るぞ!!



まっけ
目^めにほ^ほこ^こり^りな^など^どか^か入^いる^るの^のを^を防^ぼう^うい^いたり、
何^{なに}か^かが^が目^めに^に入^いり^りそ^そう^うな^な時^{とき}に^にま^まぶ^ぶた^たを^を閉^とじ^じる^る
た^ため^めの^のセ^せン^{せん}サ^さー^ーの^の役^{やく}割^{わり}を^をし^して^てい^いる^るぞ!!

? まぶた^{まぶた}き^きは^は1日^{いちにち}に^に何^{なん}回^{かい}くら^{くら}い^いし^して^てい^いる^る? ?



1分^{いっぴん}間^{かん}に^に約^{やく}20回^{かい}、1日^{いちにち}16時^{じゅうろくじ}間^{かん}走^{あそ}び^びま^まて^て
いたら^{いたら}約^{やく}1万^{まん}9,200回^{かい}だ^だよ!!

何^{なに}か^かを^を集^{しゆりやう}中^{ちゆう}して^{して}見^みて^てい^いると、ま^まぶ^ぶた^たき^きの^の回^{かい}数^{すう}は^は減^へる^るよ。

なみだ
目^めの^の乾^{かん}燥^{そう}を^を防^ぼう^うい^いたり、
目^めに^に入^いった^たほ^ほこ^こり^りな^など^どを^を
あ^あら^らな^なが^が洗^{せん}い^い流^{りゅう}し^したり^{たり}し^して^てい^いる^るよ!

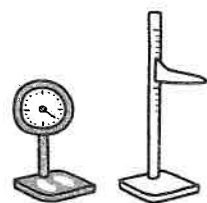


こ^こんな^{んな}に^にも^も色^{いろ}々な^な働^{はたら}き^きで^で守^{まも}ら^られ^れて^てい^いる^るの^のは、そ^それ^れだ^だけ^け目^めが^が大^{たい}切^{せつ}
だ^だか^から^らで^です^す々^々大^{たい}切^{せつ}な^な目^めを^を守^{まも}る^るた^ため^めに、
自^じ分^{ぶん}で^でも^も「テ^てレ^れビ^び」、ゲ^げー^ーム^ム、ス^すマ^まホ^ほな^など^どの^の画^が面^{めん}を^を
見^みる^ると^ときは^は30分^{さんじゅうぶん}に^に1回^{いっかい}休^{きゅう}け^けい^いす^する^るな^など^ど
気^きをつ^つけ^けま^ましょ^うう。



「発育のようす」を全員にお配りしています。これは、2学期の身体測定および視力検査の結果をお知らせする書式です。また、視力検査については別に、所見がある（両目ともAではない）人にも「結果のお知らせ」をお渡しします。同様に、10・11月に実施する尿検査についても、所見がある人にも「2次検査実施の案内」をお渡しします。

また、1学期の身体測定の結果で身長伸びや肥満度について所見を指摘された人には、2学期の測定結果による結果通知（本市学校医会の担当医師の診断による）を12月ごろにお渡しする予定です。



身体測定の結果

※「伸び」および「増え」…4月測定値との比較

学年	男子				女子(平均値)			
	身長(cm)	伸び	体重(kg)	増加	身長(cm)	伸び	体重(kg)	増加
1	117.9	2.4	22.1	1.2	116.9	2.2	21.4	1.4
2	126.2	2.5	25.8	1.0	122.9	2.5	23.8	1.1
3	130.5	2.4	30.1	2.0	129.4	2.4	27.7	1.4
4	137.5	2.3	31.5	1.7	137.2	3.1	32.4	1.6
5	141.5	2.7	37.5	2.6	147.9	2.9	38.4	1.8
6	149.2	3.2	42.3	3.2	151.1	2.5	39.3	1.4

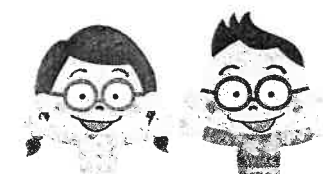
視力検査の結果

	1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生	合計
受検者	46	48	60	46	29	36	265
1.0未満の割合(%)	6.5	14.5	16.7	17.4	17.2	25.0	16.2

※眼鏡を持っている場合は、裸眼視力は省略

【視力検査結果通知について】

2学期の視力検査結果は、1学期と同様に両目とも「A」でない場合にお知らせしますが、1学期の結果通知を受けてすでに受診されている場合や定期的に眼科受診をしている



場合は、今回の結果を受けて必ずしも受診をしていただく必要はありません。特に、眼鏡を使用している人のなかには意図的に「A」が見えるようには眼鏡を作成していない人もいますので、医師の指示に従って受診してください。

視力はとても繊細で、その日の天気や心身の状態によって結果が左右されると言われています。受診の結果、視力低下の所見がない場合もありますが、なかには近視が一気に進んでいる場合もありますので、これまでは「A」だったのに初めて結果通知を受け取ったという場合や、前回と比べて急に見えづらくなっている場合は、受診をご検討ください。

