



ほけん

保健だより



羽生市立新郷第一小学校 R7. 10. 1

ノーメディアデーにチャレンジ!!

10月は、週に1日 ノーメディアデーを作って目にやさしい生活をしよう!

毎週 曜日は、ノーメディアデー。

じゅう(10)がつ とお(10)か

〇月〇日

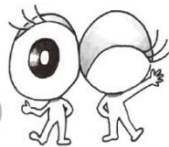
め あいご
目の愛護デー



お手伝いや家族の会話を楽しもう
できたか、オールピカいちカレンダーで教えてね。

目が判定するよ

やさしい?
やさしくない?



やさしい!

暗いところで本を見ようとする
と、すごく疲れるんだ…心地いいなと
感じるくらいの明るさが目安だよ。



やさしくない!

魚や野菜には、ぼくたちにいい栄養素が入っ
ているよ。バランスよく食べようね。



やさしい!

本との距離が近いと、ぼくたちは疲れてし
まうよ。姿勢よく座ってくれてありがとう。



やさしい!

1日中働いたぼくたちは疲れて
いるよ。ゆっくり休ませてね。

これくらいでいいかな?

まだまだ!

やさしくない!

まばたきの回数
が減って、涙がもう
カラカラ…。ゲームをする
ときは時間を決めてね。

歯科健診の結果

9月4日(木)に歯科健診が行われました。むし歯や初期むし歯のあったお子さんは、早めの受診をお願いします。

☆歯みがき名人賞 83人、89%の児童が受け取りました。

検査人数	むし歯	初期むし歯	歯石	要注意乳歯
93				
人数	6	4	7	13
%	6%	4%	8%	14%



◀ 歯が欠けた

口の中に出血があったら、圧迫止血しましょう。歯のかけらを保存液につけて持参し、歯医者さんへ。もとに戻せることがあります。

接着剤でついたりするのは、絶対ダメ!



◀ 歯が根っこごと折れた

もとに戻せる可能性もあります。大事なのは、歯の根っこを守ることと乾燥させないこと。そのためにしてはいけないのは

- ✕ 洗わない
- ✕ 歯の根っこを触らない
- ✕ ティッシュなどでくるまない

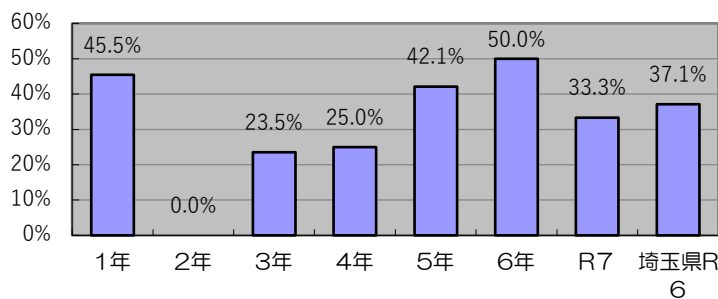


抜けた歯は保存液か牛乳につけて、歯医者さんへ。

10月の予定

2日(木)就学時健康診断 12:50 下校
15日(水)ピカいちチェック (つめを切ってこよう!!)
17日(金)スクールカウンセラー来校
※御相談がある場合はお声がけください。
23日(火)教育相談日

視力検査の結果



はる おこな しりよくけんさ けっか
春に行った視力検査の結果は、
ひだりひょう
左表のとおりでした。
らがんしりよく い か わりあい
(裸眼視力 B(0.9)以下の割合)

グラフでもわかるように、学年があがると視力が低下しています。また、近年ゲームや携帯等の長時間使用や低年齢化による視力低下が問題視されています。ゲーム等の見方やルールを御家庭でも話し合い、目に優しい生活を送るようにしてください。

