



ほけんだより

10月号



お家の人と読みましょう
令和8年10月1日
国神小学校
保健室 No.10

2学期が始まりました！！

2学期が始まり1ヶ月が経ちました。生活リズムは「学校モード」になりましたか？9月は毎日雨ばかりで、体調管理が難しかったですね。そんななか、5・6年生は仲よし体育祭に向けて毎日練習を頑張っていました。10月は宿泊学習や全校キャンプファイアーなどの行事があります。全員が参加できるといいですね。現在、埼玉県や秩父郡市ではインフルエンザが流行しています。咳エチケットや手洗い・うがいをいつも以上に意識してできるようにしましょう。また、いつもと体調が違ったり違和感があったりするときには休むことも大切です。無理をせず自分の体と相談しましょう。

10月の保健行事予定表

14日(水)	薬物乱用防止教室	5・6年生	※下記参照
--------	----------	-------	-------



薬物乱用防止教室について

5・6年生の児童を対象に薬物乱用防止教室を開催します。講師は、学校薬剤師の一和多先生です。ご多用の折とは存じますが、時間の都合がございましたら、保護者の皆様もご参観ください。5・6年生の保護者の方に限らず参観可能です。

- ・日時 10月14日(水) 第6校時(14時40分～15時25分)
- ・場所 国神小学校 2階 多目的室

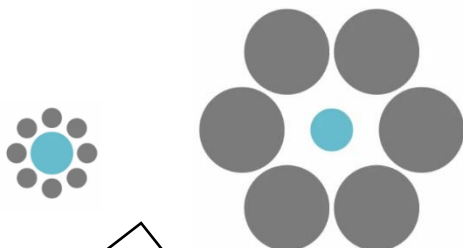


目を大切にできていますか？

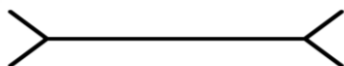
みなさんは、目の役割を知っていますか？眠っているときも、実は働いているんですよ。そんな働き者の目を大切にできているでしょうか？

1日中使った目はとても疲れているので、ゆっくり休ませてあげることが必要です。テレビやゲームのやり過ぎに注意して、日頃から目を大切にできるようにしましょう。

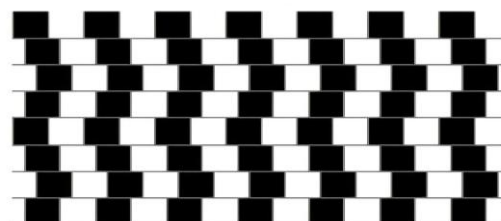
おまけ
目の不思議・錯覚



真ん中のまるはどちらがおおきい？



どちらがながい？



線はまっすぐ？曲がってる？