

ほけんだより



かいづかしりつちゅうおうしょうがっこう ほけんしつ
貝塚市立中央小学校 保健室 2017. 10. 2

二測定が終わりました

二測定の結果は、『健康の記録』に記入して配布しています。おうちの人に見てもらったら、サインをもらって担任の先生に提出してください。『健康の記録』をなくしてしまった人は、保健室まで言いに来てくださいね。

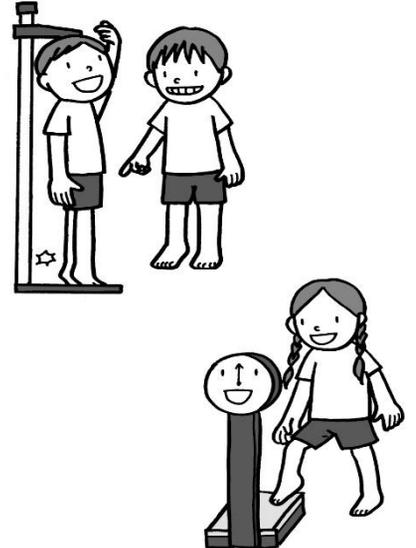
二測定をする前に、保健指導を行いました。

1～3年生には『危険予知能力』についてお話ししました。

学校のろうかや遊具の写真などを見ながら、どんなケガがあるか、どうしたらケガをしないかみんなで考えて、危険予知能力を使う練習しました。少しでもケガをする人の数を減らすために、これから危険予知能力を使って自分やお友達の大切な身体、大切な命を守ってほしいと思います。

4～6年生には『睡眠』についてお話ししました。

1～3年生に必要な睡眠時間は10時間、4～6年生に必要な睡眠時間は9時間、最低でも8時間は寝てほしいこと、睡眠は健康や成長にとって、とても大切なこととお話ししました。塾や習い事で寝る時間が遅くなってしまう時もあるかもしれませんが、何も無い時は、しっかり睡眠をとれるように心がけて欲しいと思います。



自のためにも
ノーテレビ・ノーゲーム
の目をつくろう！



こま困っています

保健室のハンカチを借りたまま返すのを忘れている人はいませんか？返しに来るのを忘れている人がたくさんいて、保健室のハンカチがもうありません。保健室にハンカチがなくてとても困っています。もし、忘れてまだ持っている人は、保健室に返しに来てください。

《2・4・6年生対象》色覚検査実施のお知らせ

人には、顔や体つきに個性や個人差があるように、色の見え方も人によって違います。色覚の検査をしてみると、中には違う見え方をしてい人もいます。これらの人は、色がわからないのではありません。見え方の程度もそれぞれ異なりますが、日常生活には、ほとんど支障のない程度であることが大半です。職業・進路選択の際に自身の色に対する特性を知っておくと参考になる場合があります。

※色覚について気になる方は、保健室で色覚検査表による検査を受けることができます。希望される場合は、申し込み用紙に記入し、担任を通じて提出してください。

※2・4・6年生が対象となります。1・3・5年生の児童は来年受けることができます。

※色の見え方は生まれもった特性のため、成長とともに変化をするものではありませんので、すでに検査を受けられた方は、受ける必要はありません。(眼疾患で色覚や視野に異常がでる場合はあっても、生まれもった見え方が変化することはありません。)

*申し込み・・・10月中

*実施時期・・・10月中

*検査はプライバシーに配慮し個別に実施します。

*結果は検査を受けた人全員に、封筒に入れてお渡しします。

色覚検査申し込み書

*色覚検査を希望します。

平成 年 月 日

2・4・6年 組 名前

保護者名

