

# ほけんだより10月

貝塚市立葛城小学校  
2011年 10月

**10月は目を大切にすする月です。**

**目はたくさんのものにまもられています。**



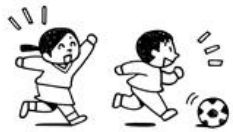
**まぶた**  
目のふたのこと。  
汗が目にはいるのをふせぐよ！

**まつげ**  
強い風やほこりから目をまもるよ！

**まばたき**  
ぱちぱちすることで、なみだを目ぜんたいにいきわたらせているんだ

**まゆげ**  
おでこから流れてくる汗が目にはいらないように、ここでとめてるよ。

**なみだ**  
泣いていなくても、いつもなみだは目の表面をながれているよ。目がかわかないように、目に栄養をおくっているんだ！



## お茶を持ってこよう！



あさばん、とってもすずしくなりました。  
寒いときもあります。  
そのせいか、お茶を持ってきていない人をときどき見受けられます。  
日中はまだまだあつく、外で遊んでいるといっぱい汗をかきます。熱中症もまだ注意しなくてははいけません。  
外でたくさん遊ぶ人はもちろんのこと、そんなに汗をかかないからと言う人も、足りる量のお茶をもってくるようにしましょう。

## つめを切ろう！



つめの長い人を見るとハラハラします。つめが長いとボールにあたったり、他のところでもひっかかたりしてつめがはがれ、とても痛い思いをします。  
それに、自分ではそんなつもりではなくても、だれかの目に入って大変なことになったりもします。  
つめは1週間に一度、深づめにならない程度に点検し、切るようにしましょう



## 9月の保健室

学校にくる日20日間で、375人の人たちが保健室に来ました。そして、一番多かった日が9月16日の金曜日、35人でした。

給食のあとは、牛乳びんでブクブクうがいをし、口の中も牛乳びんもきれいに返しましょう。



## うれしいこと

- ・▼朝、始業前、2年2組のふたり、わざわざローカから「おはようございます」と保健室にいる先生にあいさつをしてくれました。
- ▼クラブで作った笛を吹いていた子の中の4年生のひとり、保健室前だと気が付き「すみませんでした」と言ってくれました。