

ほけんだより10月

貝塚市立葛城小学校

2016年10月3日



朝晩、すっかりすずしくなりました。これから、体調が悪くなるが多くなってきます。おふとんにしっかりと寝冷えをしないうように気をつけてあげてください。また、昼間は外で遊ぶことも多いので、お茶は引き続いてもってくるようにしましょう。汗をかくこともあるので、汗ふきタオルが必要な人は持ってきてきましょう。

かかとに足を合わせる。

はいた時に、きつかったり、ゆるかったりしない。

足の学習をしました

手の親指でおさえられるすきまが足の親指の前にある。

靴は、夕方に買おうね。朝より足が大きくなってるよ。

歯みがきカレンダー表彰

夏休みの歯みがきカレンダーの表彰式がありました。毎日磨いていること・コメントがあること・きれいに色が塗られていることからクラスで2名が保健給食委員で選ばれました。表彰されている人の歯みがきカレンダーを保健室の前に掲示しています。

お家の人と足の大きさを測ったり、足の周りの長さを測ったり、足指じゃんけんをしたりできて、子どもたちはとても喜んでいました。高学年ははずかしかったかな？足がいたい、靴が合わないという人もいます。一度見てみてあげてください。

目をたいせつにしましょう！

日本小児医科会「子どもとメディア」の問題に対する提言

1. 2才までのテレビ・ビデオの視聴を控えましょう。
2. 授乳中、食事時のテレビ・ビデオの視聴を止めましょう。
3. すべてのメディア（テレビ・ビデオ・ゲーム・音楽など）への接触する総時間を制限することが重要です。
1日2時間を目安に テレビゲームは30分を目安に
4. 子ども部屋にはテレビ・ビデオ・パソコンを置かないようにしましょう。
5. 保護者と子どもでメディアを上手に利用するルールを作りましょう。

色覚検査について

平成24年度より貝塚市において希望者に対して色覚検査を実施しています。

先天性色覚異常は男子の約5%（20人に1人）、女子の約0.2%（500人に1人）の割合にみられます。色がまったく分からないというわけではなく、色によって見分けにくいことがある程度で、日常生活にはほとんど不自由はありません。しかし、状況によっては色を見誤って周囲から誤解を受けることや、色を使った授業の一部が理解しにくいことがあるため、学校生活では配慮が望まれます。

本人には自覚のない場合が多く、子どもが検査を受けるまで、保護者もそのことに気づいていない場合が少なくありません。治療方法はありませんが、授業を受けるにあたり、また職業・進路選択にあたり、自分自身の色の見え方を知っておきたい方は、学校で色覚検査表を用いた検査を個別に行うことができます。

今年度も新1年生全員と転入生、2～6年生の今まで学校で色覚検査をしていない児童を対象とします。

希望される方は、下記申込書にご記入のうえ10月12日までに担任にご提出ください。

（なお、検査結果は変わることはありませんが、再度希望される方も下の申し込み用紙にご記入ください。）

きりとりせん

色覚検査申込書

平成 年 月 日

色覚検査を希望します ・ 再度希望します

年 組

児童・生徒名 _____

保護者名 _____