

ほけんだより10月

H30 .10.1
深谷市立大寄小学校

10月10日は目の愛護デー

最近、見づらくなった、ぼやけて見えるなど、気になる点がありましたら、保健室で視力検査を行いますので連絡してください。急な視力低下もありますので、規則正しい生活、目にやさしい生活を心がけてください。



たいせつな目をサポート! なみだのはたらき

かんそうをふせく



えいようやさんそをはこぶ



ゴミやほこりをあらいながす



ばいきんをやっつける



目にやさしい生活をしよう

目にかかっていませんか? こすっていませんか? 近すぎませんか? 長時間になっていませんか?

<p>前髪は切るか、ピンでとめる</p>	<p>ゴミが入ったときは、水を入れた洗面器の中でまばたきをする</p>	<p>本やノートから目を30cm以上はなす</p>	<p>テレビやゲームは時間を決め、それ以上はやめる</p>
----------------------	-------------------------------------	---------------------------	-------------------------------

あんな目、こんな目... 生きものの目のフシギ

【光る!ネコの目】

暗いところでらんらんと光るネコの目。これは、光を反射する「タペタム」というしくみがそなわっているから。タペタムのおかげで、ネコは暗いところでもまわりが見えるのです。



【いっぱい!こん虫の目】

トンボやチョウなどのこん虫の目は、よく見るとアミのよう。じつは、その細かい1つひとつがすべて目ののです。広い範囲が見えるため、エサになる生きものや敵が近づいてくるとすぐにわかります。



【閉じない?さかなの目】

多くのさかなには「まぶた」がないので、目はつぶらず、いつも開けっぱなしです。「じゃあ、ねむるときは?」もちろん、さかなだってときどきねむっていますが、目は開けたままなのです。



今年は、ハチの活動が活発になるとのこと。注意してください。

スズメバチに注意!

<p>出会ったときはゆっくりとその場を離れる</p>	<p>大声を出さない</p>	<p>黒っぽい服を避ける</p>	<p>甘い匂いにご注意</p>
----------------------------	----------------	------------------	-----------------

お家の方へ

* お子さんの歯の治療は済みましたか? 11/8(木)に2回めの歯科健診があります。それまでには、4月の健診結果のお知らせをもらって、受診がまだのお子さん(11人)は、至急、歯科医院の受診をお願いします。

5-1 全員終わりました。

* 4月の視力検査でお知らせがあり、まだ眼科を受診していない場合は早めに行き、再検査をお願いします。

