

ひだまり



2021.9.30 NO.7
千早小吹台小学校 保健室

こんしゅうまつ 今週末は いよいよ うんどうかい 運動会です

ダンスや応援合戦など、今までたくさん練習してきましたね。
前の日はしっかり寝て、本番に力を出し切ろう！



目の愛護デー

10月10日

なぜこの日なの？

数字の「10」と「10」を横にして見るとまゆ毛と目の形になるから！



目をたいせつに



画面と目の距離は30cm

画面の角度を傾ける

床に両足をつける

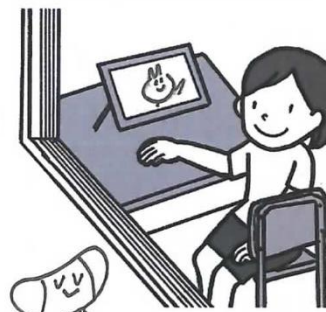
タブレットを使うときは...

30分使ったら、遠くを見て目を休めよう



背中を伸ばす

お尻を後ろにして深く腰掛ける



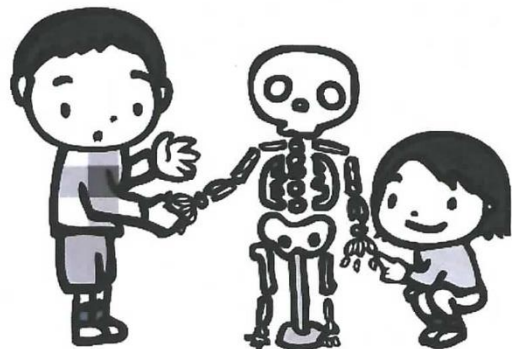
10月8日はほねとかんせつの日

なぜこの日なの？

「ホネ」の「ホ」は十と八に分けることができるから！

ホネ → 十 八

10月10日の体育の日にも近いから！



10月は視力検査と色覚検査があります！

視力検査では、

メガネを持っている人は忘れずに！



前かがみが長い人は切るか、ピンでとめておこう。

それは見えにくいサインかも！



骨の5つの役割

<p>①内臓を守る</p> <p>頭がい骨 → 脳</p> <p>肋骨 → 心臓</p> <p>肺</p>	<p>②体を動かす</p> <p>骨 → はしる</p> <p>骨 → はこぶ</p>	<p>③体を支える</p> <p>背骨はゆるやかなカーブになっていて、これをバランスをとりが骨が体を支えているよ</p>
<p>④血液をつくる</p> <p>骨髄 → 赤血球、白血球</p>	<p>⑤カルシウムを貯めておく</p> <p>カルシウム</p>	

色覚検査について

保護者の方へ

毎年、1・4年生の希望されるお子様を対象に色覚検査を実施しています。
1,4年生のお子様には、昨日「色覚検査のお知らせ」を配布していますので、期日までに検査希望の有無を記入し、担任までご提出ください。
また、それ以外の学年でも個別に検査することができます。
希望される方は担任通じてご連絡ください。

