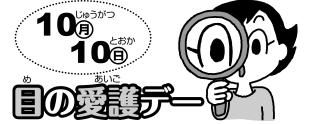


ほけんだより

2018 (H30) 9. 28

茨木市立畑田小学校

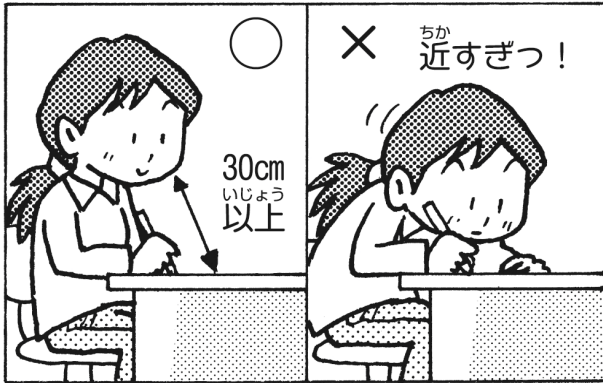


明日は運動会！！雨が心配されますが、みんなのパワーでお天気になったらいいですね。今までの練習した頑張りをこれからの生活に役立ててください。またこの時期の朝晩はびっくりするくらいひんやりと感じる日があります。日中との気温差が大きいので、体調を崩しやすくなります。手洗い・うがい・バランスのとれた食事・十分な睡眠をとってしっかり健康管理しましょう。

目の健康は よい姿勢から？！



目とつくえの距離に注意！



机に顔を近づけて勉強したり、携帯ゲームなど長時間続けると、目に大きな負担がかかります。病院で「調節痙攣」という診断をもらってくる人がたくさんいます。「調節痙攣」とは目のレンズの厚さを調節している毛様体が緊張したり、長く伸びてしまうことです。良い姿勢をすることは、目を守るために大切なことなのです。

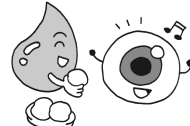
なみだのき



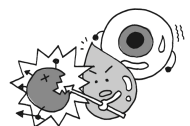
かんそうを
ふせぐ



ゴミやほこりを
あらいながす



えいようや
さんそをはこぶ



ばいきんを
やっつける

視力検査のお知らせ

★1学期に行った視力検査の結果で

- ①B・C・Dの人で、まだ病院に受診していない人
- ②Aの人で、最近、黒板の字が見えにくいと感じている人

日程

- 15日(月)1年・2年
- 16日(火)3年
- 17日(水)4年
- 18日(木)5年
- 19日(金)6年

