

ひだまり

川越市立芳野小学校
ほけんだより No. 7

10月号【10/1(金)】

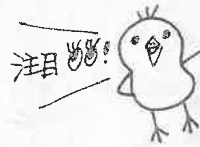
◎おうちの人とよみましょう

何のお花かわかるかな?



いい香りの
スズキ色のお花です。

2学期が始まって、1ヶ月ほどたちました。2学期のスタートは分散登校で、給食以外の時間に全員がそろうことはなく、とてもさみしかったですね。“黙食”（おしゃべりをせず、静かに給食を食べること）は、これからも続けなくてはなりません。感染対策を続けながら、学校生活を楽しい時間にしていきましょう。

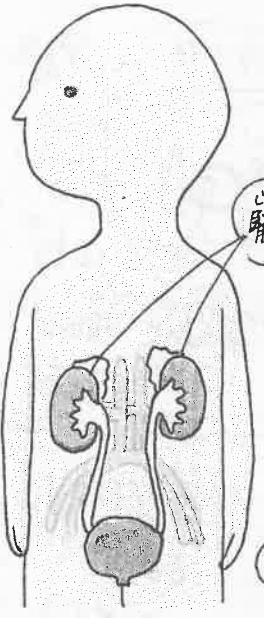


尿検査があります

10/12(火)・10/13(水)

尿(おしっこ)の色や成分(たんぱく・糖・潜血)などを調べることで、腎臓に病気がかかっているかを検査します。おしっこの色で(にごっている、血が混じっている)病気がわかることもありますが、見た目ではわからない病気を検査で発見することもあります。忘れずに提出しましょう。

尿検査って何を調べているの?



腎臓

忘れ防止! 3つの作業

- ① セットを貼っておく

テレビ 冷蔵庫

- ② 枕元に置く

セット完了

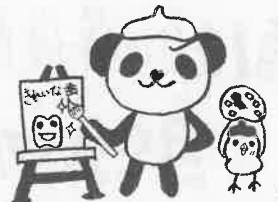
- ③ 家族に協力してもらう

明日の朝、尿検査するって一緒にお願いして!

10月の保健関連行事予定

- 12日(火)・13日(水) 尿検査 (全学年)
- 19日(火) 就学時健康診断 (来年度入学者予定者)

今月の変装
絵描きや絵
芸術の秋ですね~



10月10日は...目の愛護デーです。

愛護(あいご)とは...
大事にすることです

知ってびっくり! なみだの5つのはたらき

うれしい時や悲しい時、目から流れる“なみだ”。しかし、実はそれ以外の時でもつねになみだは目の表面をおおっていて、みなさんの目の健康を守ってくれています。そして、そのなみだの働きを支えているのが、「まばたき」です。1分間に20~40回行われ、なみだを目の表面に行きわたらせます。そして目にうるおいをおたえているのです。

① かわくのを防ぐ



うるおいが、かんそうを防ぎます

② きれいにあらう



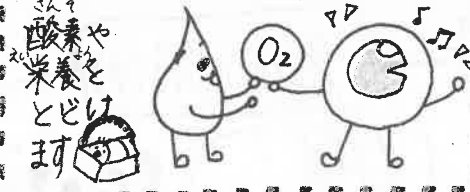
小さなほこりなどを流してくれます

③ 殺菌する



バクテリアから目を守ります

④ 栄養補給をする



酸素や栄養をとどけます

⑤ 黒目をなめらかにする



この物が見えやすくなります



10月15日は“世界手あらいの日”

改めて、手あらいを見直そう!!

私たちは、学校や家、駅、お店など、たくさんの場所で、当たり前にかきれいな水と石けんを使い手をあらうことができます。しかし、残念ながら、世界中のどこでもそのような環境ではありません。きれいな水と石けんがないために、年間で100万人ほどの子どもたちの命がなくなっていると言われています。私たちは、今の環境に感謝して、正しく手洗いしついでですね。



10月19日(水) は、就学時健康診断です。ご協力をお願いします。B4日課/2:50完全下校です。

来年度、入学予定の新入児とその保護者が来校します。教職員全員が健診に関わるため、放課後校内へは残れません。校庭で遊ぶのも控えて頂くようご家庭でもお声掛け頂けると助かります。



10月の保健目標 + 目を大切にしよう

☆ 学習の時に姿勢が悪く目は近くみてもいいかな
☆ パソコン・スマートフォン・ゲームをやりすぎしていませんか

さがせ! フロ&フォロ
8・9月号の保健目標の表: 熱中症の予防
裏: 保健目標の太陽