

ほけんだより 10月

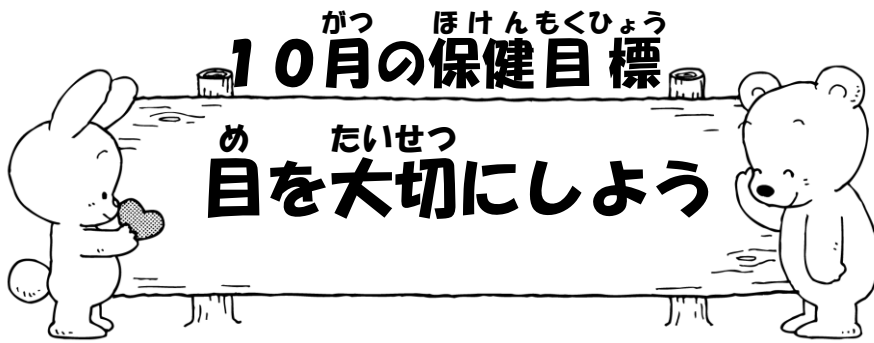
令和4年10月14日
式根島学園式根島小学校
校長 養護教諭

10月に入って朝晩涼しくなり、秋の訪れを感じますね。スポーツの秋、読書の秋、芸術の秋、

食欲の秋と、何をするにも丁度良い季節です。何か1つでも新たに取組みめると良いですね。

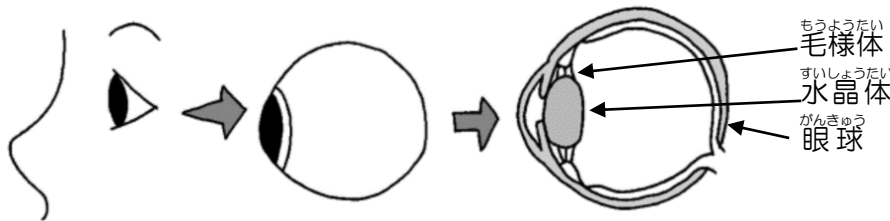
秋が深まるにつれて、空気が乾燥し、風邪をひきやすくなります。学校では着脱しやすい服装

で体温調節をして、風邪をひかないようにしましょう。



10月の目標朝会で、遠くの物と近くの物の見え方について説明しました。もう一度、内容を

思い出して、どうして目を休めないといけないのかについて考えましょう。



毛様体が水晶体の厚さを調節して、遠くの物や近くの物がはっきり見えるようにしています。

遠くの物を見るとき

水晶体はうすくていいので、毛様体はリラックスしています。

近くの物を見るとき

水晶体を分厚くしないとイケないので、毛様体に力が入っています。

この時間が長くなると、毛様体が疲れてしまいます。疲れがたまると、目が悪くなってしまうことがあります。だから目の休けいが必要なのです。

しょくいくきょうしつ かいさい 食育教室を開催しました

10月11日(火) 2・3時間目で、5・6年生を対象にさわやか

健康センター管理栄養士さんをお招きして食育教室を行いました。

今回のテーマは、「見た目にだまされないで！五感を使って味わ

おう」です。5つの味の振り返りや見た目で味を想像したり鼻をつまんで

試飲して味を検討したりなどして、味だけでなく、5つの感覚を使いながら、

食を楽しむことができることを理解していた様子でした。



お知らせ

そだめ出し しょうかん 染め出し週間

11月9日(水) ~ 11月13日(日)



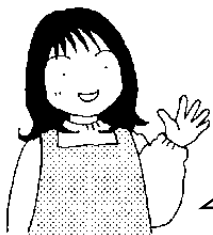
あき し かけんしん 秋の歯科健診

11月10日(木) 13:25~

※5時間目を予定



スクールカウンセラー



ご 상담される場合は、担任、養護

教諭、副校長に御連絡ください。

10月20日(木) 21日(金)

11月10日(木) 11日(金)

24日(木) 25日(金)