

ほけんだより10月



R8.10月
八尾市立永畑小学校
保健室

少しずつ涼しい日も増えていき、秋の始まりを感じますね!季節の変わり目は、体調を崩しやすいです。運動会の練習も始まり、疲れも出てくるとおもいます。休みの日はリラックスして体調管理をしましょう!

〈保健行事予定〉

- 5日(月) 視力検査(5年生)
 - 6日(火) 視力検査(4年生)
 - 7日(水) 視力検査(2年生)
 - 8日(木) 視力検査(3年生)/尿検査①(6年生)・修学旅行前検診
 - 9日(金) 視力検査(1年生)
 - 16日(金) 口腔衛生講座(3年生)
 - 29日(木) 尿検査②(6年生対象者)
- ※6年生の視力検査は時間割の都合上、下記日程で行います。



1・2日(1組) 5・9日(2組) 朝学時間に実施

※視力検査は、ハンカチ・眼鏡をかけている人は忘れないようにお願いします!

〈保護者の方へ〉

春の検査で受診報告書を受け取った方で、まだ受診できていない方や、春の検査から視力が低下した方は、受診をお勧めします。すでに受診された方や、経過観察中の方は、主治医の先生の指示に従ってご対応よろしくお願ひします。(再度の受診報告書の提出、受診は必要ありません。)

10月15日
世界手洗いの日



みなさん、どんなときに手を洗っていますか?

10月15日は、世界中の人たちが手洗いについて考える「世界手洗いの日」です。

手には目に見えない小さなバイキンがたくさんついています。

正しい手洗いをマスターして、カゼやインフルエンザに負けない強い体をつくりましょう!

~手を洗うタイミング!~

バイキンを体の中に入れないために、次の時は必ず手を洗いましょう。

- ・外から家に帰ってきたとき
- ・ごはんを食べるまえ
- ・トイレのあと
- ・咳を手でおさえたあと

~手洗いのポイント!~

- ・手をぬらして、石けんをしっかりと泡だてる
- ・洗い残しやすいところに注意する



~仕上げも大切!~

キレイに洗ったあとは清潔なハンカチで水分をしっかりと拭き取りましょう!

