



とよなかしりつせんなりしょうがっこう ほけんしつ れいわ ねん ねん がついつちちはっこう
 豊中市立千成小学校 保健室 令和2年(2020年)10月1日 発行

かぜ 風がずいぶん涼しくなり、秋らしくなってきましたね。あさばんひ こ ひ 朝晩冷え込む日もありますが、
 みなさん体調はいかがですか？運動会に向けてみなさん練習を頑張ってきましたね。
 どうじつ 当日は、自分なりにいい運動会になるように練習の成果を出せるといいですね。



健康診断日程

10月 8日(木)	歯科検診 (4・6年生)
13日(火)	眼科検診 (1・4年生全員、他学年抽出)
14日(水)	眼科検診 (1・4年生全員、他学年抽出)
15日(木)	歯科検診 (3・5年生)
22日(木)	歯科検診 (1・2年生)
29日(木)	歯科検診予備日



がっこうい がっこうし か い ほんだん 学校医・学校歯科医の判断によって所見がある場合は「結果の
 お知らせ」をお渡しします。ようし をもらったら、はやめに病院へ
 じゆしん ねが いた 受診をお願い致します。

しかけんしん ひ あさ は ねんい 歯科検診の日は朝の歯みがきを念入りにしてきましょう。

じびかけんしん ひ みみ み かみ なが ひと 耳鼻科検診の日は、耳が見やすいように髪が長い人はくくってきてください。

がつとおか 10月10日は 目の愛護デー



目を大切にしよう！

目のギモン
 どうしてダメなの？

Q. 目をこすったら

どうしてダメなの？
A こすって目の表面にキズができると、バイキンが入りやすくなります。目の病気にか



Q. 暗いところで本を読んだら

どうしてダメなの？
A 光を取り入れようと、目の筋肉が緊張状態になります。長い時間続けていると、目が疲れ



Q. 太陽を見たら

どうしてダメなの？
A 太陽から届く光の明るさは、地面から1mの高さにあ



コロナウイルス 目も入口？

くち はな いりぐち からだ なか はい 口や鼻を入口に体の中へ入ってくる、新型コロナウイルス。目からも入る可能性があるのを知っていますか？
 かんせん ひと 感染している人のせきやくしゃみのしぶきに含まれるウイルスが目
 ひょうめん 表面についたり、ウイルスのついた手で目を触ったりこすったりす
 ると体の中に入ってくるかもしれないのです。そこで大切な
 のは、やっぱり石けんによる十分な手洗いです。



あら 洗っていない手で 目を触らない