ほけんだより

２０２２．１０月号
豊中市立東丘小学校
ほけんしつ

はやいものでもう１０月。２０２２年もすこしずつ終わりが近づいてきています。そして今のクラスになって半年がたちました。最初は緊張しっぱなしだった教室が、今では日常に変わってきていると思います。

慣れはいいことですが、慣れ→だらけにならないように自分をふりかえってね。

○チャレンジ！目のクイズ○

10月10日は「目の愛護デー」です。いつも以上に、目をいたわって、目に良い生活をしましょうね。

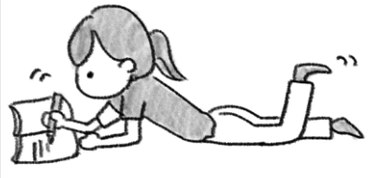
本を読むときの正しい目とのきょりは？

A → １０ｃｍ
B → ３０ｃｍ

てのひら２つ分がちょうどいいきょり！

こたえ：B（３０㎝）

勉強中のこの子…よくないところは？



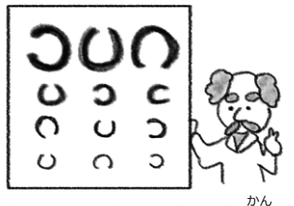
姿勢よく座って勉強しようね

こたえ：ねころんでいるところ

視力検査に使うこれ（↓）の名前は？

A → ドーナツ環
B → ランドルト環

ランドルトさんが考えた世界共通の記号です



こたえ：B（ランドルト環）

ゲームやスマホを使うときは？ A → 時間を決めて使う B → 目が疲れたらやめる	小学生の使用目安は「１日１時間まで」です こたえ：A（時間を決めて使う）

11月には希望者のみを対象とした秋の視力検査を行います。

10月の下旬に希望調査を配布するので、春から視力が下がっていないか確かめたい人、最近なんだか視力が悪くなっているような気がする人は積極的に受けるようにしてくださいね。

気になる場合は、医療機関を受診しましょう。

トンボの目は何個ある？ A → 2こ B → ３０００こ	小さな目が集まった「複眼」でみているよ こたえ：B（３０００こ）

つかれている目にいいことは？

A → バランスよく食べる
B → しっかりねる

栄養をとってしっかりとねることが大切です

こたえ：A・B りょうほう！

「目○を下げる」 ○に入ることばは？ A → 尻 B → 頭	満足して笑う様子を表します こたえ：A（尻）

コンタクトレンズを発明したのはだれ？

A → ダ・ヴィンチ
B → ザビエル

B（ザビエル）は日本にめがねを伝えた人でした。

こたえ：A（ダ・ヴィンチ）