

# ほけんだより 10月

大阪府立岸里小学校 平成29年10月2日（月）保健室No.7



今月の保健目標

目を大切にしよう！



10月10日は目の愛護デー！

10月10日は目の愛護デーです。なぜこの日かというと、10の数字を横むきにしてみると目の形ににていることが由来だそうです。みなさんは日ごろから自分の目を大切にしていますか？目はみなさんの生活をささえるとても大切な体の一部です。目にいい習慣を心がけて自分の目を大切にしていましょね。

今月の保健行事

10月3日（火）視力検査（2年）  
4日（水）11（1年）  
5日（木）修学旅行前検診（6年）  
26日（木）フッ化物塗布（4年）

「目にいい習慣」  
毎日気をつけて  
させているかな？



明るいところで本を読もう



正しい姿勢で勉強しよう



ぐっすり眠って目をやすめよう

9/7（木）に

「歯みがき指導（2年）」がありました！

学校歯科医の森川先生と歯科衛生士の方がこられ、歯のみがきかたについて学習をしました。前歯を1本だけ染めて、「しこう」がどれだけ残っているかを自分の目で確かめ、どうすればしこうが残らないようにみがけるか、みんなで工夫してみがきました。

ご家庭においてもお子さんの歯みがきの様子を見ていただき、よい歯みがきの習慣が身につくようご協力よろしくお願い致します。



ゲームやテレビは休みをはさみながらしよう



前がみが目にかからないようにしよう

目にいい食材を食べよう

