

10

おおさか し りつしん わ ちゅうがっこう ほ けんしつ
大阪市立心和中学校 保健室

10月10日は目の愛護デー



大切な目に疲れがたまらないよう、次のことに気をつけましょう。

- 1 目が疲れたら、軽く目を閉じて休ませる
(1時間ごとに10～15分くらい)
- 2 テレビやモニター画面は
目の位置より下に置く
- 3 目の周りを軽く押す
- 4 とときとき遠くを見る



「色覚検査についてのお知らせ」

ひと かんが かんが かんが ことな いろ み かた いろ こ なら かた
人それぞれに顔や考え方が異なっているように、色の見え方にも色の濃さや並び方によって
み ひと いろ わ いろ
見えにくい人がいます。これは、色がまったく分からないというわけではなく、色によって見
ていど にちじょうせいかつ ふじゅう じょうきょう
けにくいことがある程度ありますが、日常生活にはほとんど不自由はありません。しかし、状況
いろ みあやま しゅうい ごかい う いろ つか じゅぎょう いちぶ りかい
によっては色を見誤って周囲から誤解を受けることや、色を使った授業の一部が理解しにくいこ
とがあります。本人には自覚症状はない場合が多く、子どもが検査を受けるまで、保護者もその
ほんにん じゃくしやうじょう ばあい おお こ けんさ う ほごしや
ことに気づいていない場合が少なくありません。子どもの色の見え方で気になることがある方
しかくけんさ じっし きぼう かた ほけんしつ もう で
や色覚検査の実施を希望される方は、チューターまたは保健室までお申し出ください。

※許可なくイラスト等の二次利用をすることは禁じます。