

げんきっこ

しりょくけんさ お 視力検査が終わって・・・

1時間以上続けてゲームをしたり、スマートフォンをみたりしている人はいませんか？学校で話を聞くと、「何分スマホみたかわからない」「いつからゲームしたかわからない」と言っている人が多いと感じます。これからは、時計をみて、それから何分までやるのかを決めましょう。お父さんやお母さんに言われるまでやるのではなく、自分でやめられる・時間を守れる人が増えることを願っています。



目のピンチ！こんな時どうする？

同じ絵柄のカードを見つけよう！

- 目にゴミが入った
- めやにがたくさん出る
- ゲームのしすぎで目が赤くなった
- そのまま放っておく
- まぶたの上からトントンと軽くたく
- 濡らせためんぼう・蒸しタオルでこすらずふき取る
- 水を入れたせんめんぎに顔をつけてまばたきをする
- 温めたタオルをあてて目を休ませる
- ゴシゴシ目をこする

※みくならない時・ひどくなる時は病院へ

め さっかく ふしぎ！目の錯覚

錯覚とは、目で見たときに実際と違って感じる現象のことです。どんな風にみえますか？

① 曲がって見えるけど、実は横の線は全て平行な線です。

② 足は2本？3本？

「見えている」と「見ようとする」

右の図のタテとヨコの線はどっちが長いでしょう？
正解は…はかってみてね。

えんぴつの端を持って、ユラユラ揺らしてください。まっすぐのはずのえんぴつが…あれれ？

私たちは色や形などのまわりの情報を、目で受けとります。そして「こんな形でこんな色」と判断するのは、脳のしごと。この時脳は、受け取った情報に、まわりの様子やこれまでの経験をあわせて「見よう」とします。脳の複雑なはたらきで、実物とはちょっと違って「見える」ことがあるんですね。



保護者の方へ

町内でも風邪やさまざまな感染症（胃腸炎など）が流行しているようです。毎年学芸会後は体調不良が多いと感じています。これからインフルエンザも流行してくる時期になりましたので、引き続き“早寝早起き朝ごはん”を守れるようご協力よろしくお願いいたします。

視力検査結果をお配りしています！

先日、一人ひとりに視力検査結果をお渡ししました。（4年生は色覚検査の結果もお渡ししています。）「黒板が見えにくい」「ぼやけてみえる」なども含めて、特に視力が0.8以下の子へは眼科受診をお願いしています。

眼科に受診した際には、連絡票がありますので、病院で記入していただき（保護者の方が書いても構いません。）養護教諭 滝澤まで提出をよろしくお願いいたします！

今月の掲示物に



「目を大切にする生活を送ってほしい」と思い、各学校の何名かに養護教諭がインタビューをおこない、その内容を保健室前に掲示しています。（11月2日まで掲示しています。）皆さん素晴らしい回答です。中・高校生の先輩方の内容もとても面白いので、是非ご覧ください。



5年生保健学習



「自然災害によるけがの防止」では、被災者の声や大地震が実際に起きたことを想定して普段からできる防災準備などを一緒に学びました。4名とも授業後に「家からどのように逃げるのか避難場所を確認したい」と言っていました。

「犯罪被害の防止」では、SNSを通して犯罪に巻き込まれた事件についても取り上げてお話ししました。（平成29年子どものSNS被害は、過去最多の1813人だそうです。）

6年生保健学習



「病気の予防」の単元がスタートしています。3人で保健の授業をするのはもう4年目になりました。

病気が起こる原因には大きく4つあり、それらが関わり合って起こることを学んでいます。2人とも体の抵抗力を高めるために「時期に適した服を選びたい」「手洗いうがいをおこないたい」と言っていました。