

家庭孝文 はげいたより

2025年 10月 14日
町田市立つくし野小学校
校長 山中 朗
養護教諭 土門 真裕

運動会が近づいてきました。毎日校庭や体育館から、音楽やかけ声が保健室にも聞こえてきます。運動会練習の時期は、みなさんの元気な声を聞きながら仕事をすることが好きです。朝から体を動かすことが増え、つめれたまりやすいです。しっかり体を休めることを意識して、過ごしてまいりたいと思います。けがや体調不良に気をつけて、当日を過ごされたいように多



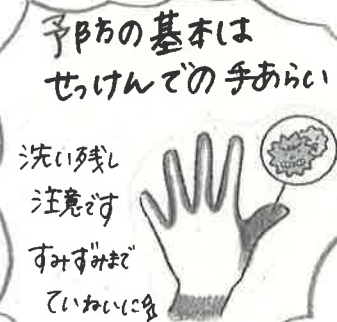
当日は
求援
なので
今のうちに...!!



1件の大きなけがや事故が走り回るときには、車いけがや事故が29件走り回っており、さらには危うくけがをしうな「ヒヤリ」とする出来事が300件潜んでいるということです。きまりを守り、おちついて行動しましょう。自分だけでなく、まわりの人もすることにつながります。

最近の欠席状況

発熱やかぜ症状による欠席が、増えています。感染症に関しては、2年1組で水痘(水ぼうそう)の報告がありますが、今のところ感染者が増加することはありません。(1%現在) 近隣の小学校では、インフルエンザによる学級閉鎖が、ありまけた。昨年度より1か月以上も早く、インフルエンザの流行シーズンに入ったようですので、気を付けて生活していきましょう。



洗い残し
注意す
すすみだ
ていかに

まばたきは目の休けい

めがしょぼしょぼするー
なんたか見えにくいよー

そんなときはまばたきをよくするといえ!

目を休めるためには(まかに)方法があるよ!

遠くを見る
目を動かす
ホットタオルをあてためる

ものを見る時、目の筋肉に力を入れているんだ! でも、その状態がずっと続くと目がつかれるでしょ?

まばたきをすると、目の筋肉が動いてストレッチしているような状態になるんだよ

何かに集中していると、まばたきの回数が少なくなってしまふ!!

ゲームやスマホなど...

秋の視力検査を実施します! ※希望者のみ

期間: 10月21日(火)~11月14日(金)

- ・最近見えづらい様子がある等、気になることがある場合、視力検査ができます。
- ・希望される場合は、下記の申し込み用紙を担任に提出してください。
- ・中休みまたは昼休みに、保健室で個別に計測します。
- ・検査が終わり次第、結果のお知らせをお渡しします。



切り取りご提出ください

秋の視力検査 申し込み用紙

担任→養護教諭

年 組 児童氏名()

保護者氏名() 印