



ほけんだより



令和5年度10月号 No.6
 二之江小学校
 校長 大須賀 慎一
 養護教諭 大草 成美

朝晩も涼しく感じられる日が増え、日々の生活も過ごしやすくなりました。しかし、昼間は動くとき汗ばむ気温まで上がります。気温に合わせて調節できるように脱ぎ着しやすい服装で登校しましょう。運動会まであと少しです。毎日しっかりと朝ごはんを食べて練習を頑張りましょう。

二之江小でもインフルやコロナがわずかですが出ています。江戸川区の学校では学級閉鎖をしたところもあります。手洗いや規則正しい生活をして、風邪や感染症の予防をしましょう！

10月
保健目標

目を大切にしよう



大ピンチ！？二之江の子の視力

視力が1.0未満の児童の割合	1年	2年	3年	4年	5年	6年
令和5年度本校	32.9%	38.4%	50.0%	34.8%	72.2%	48.7%
令和3年度全国	23.0%	28.1%	33.4%	40.3%	45.2%	50.0%

【表の読み方】

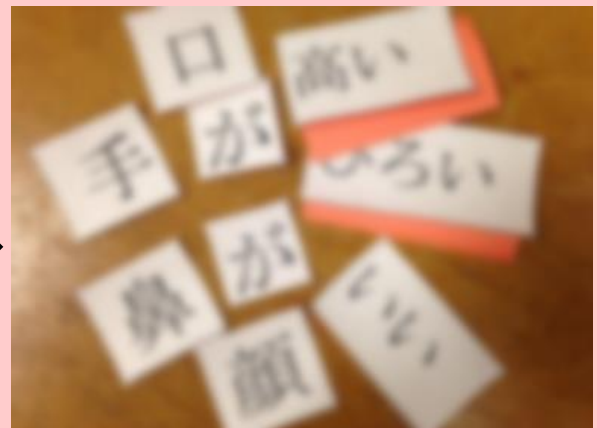
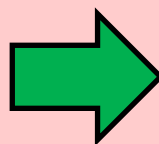
(例) 1年生のうち、
32.9%の人の視力が低下している。

結果から分かること & 考えられること

- 視力低下している人が令和3年と比べてかなり増えている！
- 学年によっては半分以上の人の視力が低下してきている。
- タブレットやスマホの使う時間が増えたことにより、視力低下した人が増えたのかもしれない…。

視力が落ちた人が見ている世界！

視力が落ちるとこんなふうに見える！

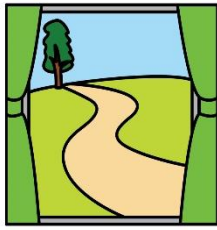


【視力A】 はっきりくっきり見える。

【視力D以下】 ぼやけて見えづらい。

ストップ！！視力低下

視力を守る3か条



その1

タブレットなどの画面やノート、本と目は「パー」2個分遠ざける。

その2

1時間に5分くらいは遠くを見て、目を休める。

その3

スマホやゲーム、タブレットは時間を決めて使う。

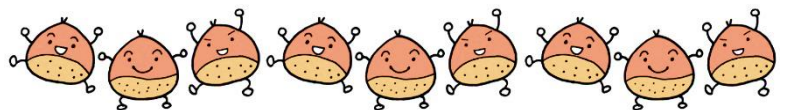
—— 色覚検査について ——

人の見え方にも個人差があり通常と少し違った色の見え方をする人がいます。これらの人が医学的に「色覚異常」と診断されますが、全く色が分からないわけではありません。異常の程度もそれぞれ異なりますが、日常生活にはほとんど支障のない程度であることが大半です。ただ、「色覚異常」が疑われる場合は、自分の色に対する特性を知っておくことが、将来の職業や進路選択の際に参考になる場合もあります。毎年、1年生と4年生の希望者を対象に実施しています。



★1年生、4年生以外のお子さんで、色覚について気になることがある場合は、養護教諭までご連絡ください。色覚検査を個別に実施します。

10月の保健行事



日	曜	内容	学年	準備と注意事項
2	月	色覚検査	4年希望者	色覚検査についてのお知らせを確認ください。
3	火	色覚検査	1年希望者	色覚検査についてのお知らせを確認ください。
4	水	視力検査	1年～3年、わかくさ (視力0.9以下の児童対象)	めがねを忘れずに持たせてください。
5	木	視力検査	3-2、5-1、6-1 ※運動会練習のため日程を変更しました。	めがねを忘れずに持たせてください。
6	金	視力検査	4年～6年 (視力0.9以下の児童対象)	めがねを忘れずに持たせてください。