



令和4年10月3日
田中小学校
保健室

例年より少し遅れて金木犀の香りが校庭に漂うようになりました。今年も秋になっても日差しが強く、暑い日が続いていますね。朝夕と日中の寒暖差があるため、体調を崩してしまうお子さんも多くみられます。免疫力アップのために、夜はしっかりとお風呂に入って体を温めて、睡眠を十分とって体調管理をしていきましょう。



健康観察票について

毎日の提出は不要になります！

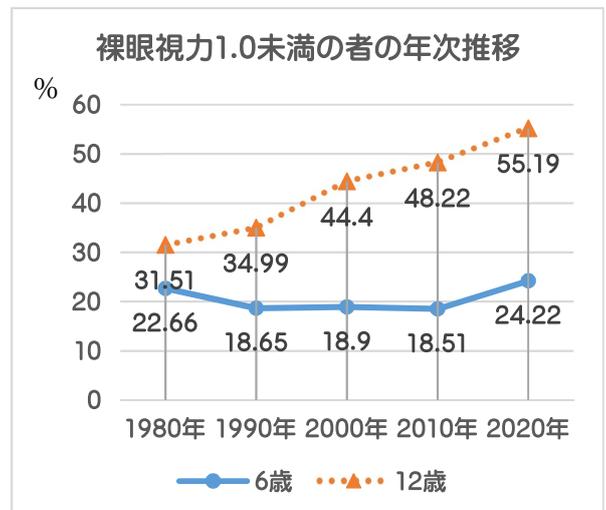
新型コロナの流行も少し落ち着いてきましたので、田中小では10月から、毎日の健康観察票の提出は不要といたします。今まで通り月初めに健康観察票をご家庭に配付しますが、提出していただくのは月末になります。朝の健康観察と体調の記録を毎日確実につけ、体調管理をしましょう。本人やご家族に風邪症状がみられる場合は登校を控えてください。

※持久走練習期間は、従来の健康観察票とは別に持久走カードが配付されます。そちらには体温の記入が必要になりますのでよろしくお願いいたします。

近視の進行抑制に外遊びを…

近年、子供の近視が増えていることが話題となっています。携帯ゲーム機やスマートフォン、タブレット等の普及で長時間近くを見続けることが増えたことが原因の1つではないかとも言われています。

右のグラフは文部科学省が毎年統計を取っている学校保健統計調査の結果を抜粋したグラフです。これを見ると6歳(小学1年生)の裸眼視力1.0未満の子供の割合にはそれほど大きな変化は見られませんが12歳(小学6年生)の1.0未満の子供の割合は、年々増加していることがよく分かります。



低年齢で強度近視を発症すると、大人になってから失明につながる病気になる確率が高くなるため、近視の進行を抑えることは、将来の目の健康のためにもとても重要です。最近の海外の研究で、屋外で活動し、太陽の光を十分に浴びることが、近視の進行を抑制する効果があるということが分かったそうです。視力低下が気になるお子さんは、ゲームやタブレットで遊ぶよりも、ぜひ外に出てたくさん陽の光を浴びて遊ぶ機会を増やしていきましょう。

秋の視力検査を行います



春の視力検査で治療のお勧めを受け取り、まだ治療報告書を提出していないお子さんを対象に視力検査を行います。日程等は後日担任からお知らせしますので、当日は、眼鏡等の準備をお願いいたします。