

ほかにたり10月

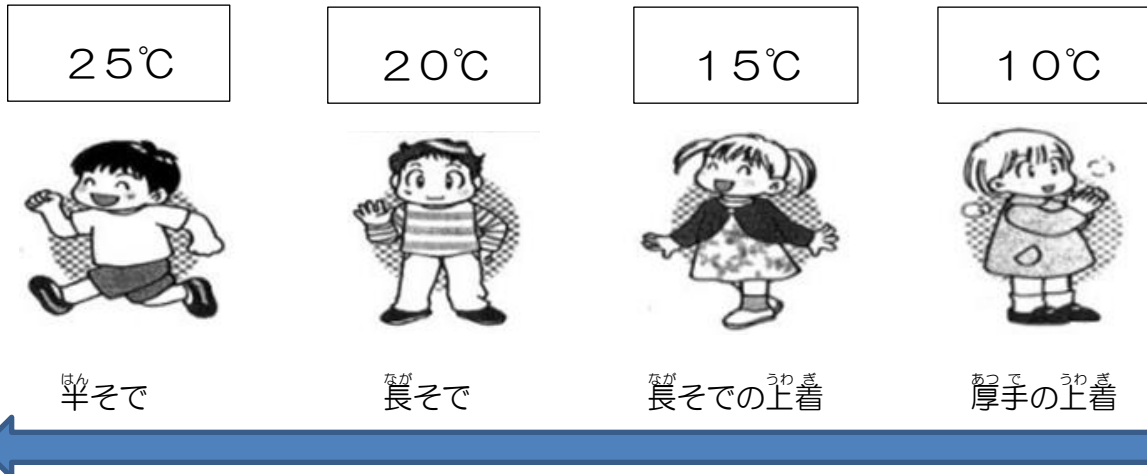
西日市市立河原田小学校
10月1日

夏の暑さもおさまり、朝と夜がずいぶんすずしくなって、半そででは寒いと感じるようになりました。けれど、みなさんが学校にいる昼間は、晴れていると日差しが強く暑い日もあれば、くもっていると肌寒い日もあります。そんな気温の変化がはげしい日が続いてしまうと、かぜをひいたり、お腹が痛くなったりと体調をくずしてしまいがちです。これからはそんな日が続くと思うので、ぬぎ着しやすい上着を着て、登校しましょう。



気温の変化に合わせて衣服を調節しましょう！

▼▼▼ 気温と衣服の種類の目安 ▼▼▼



- ・ 晴れの日や雨の日、朝晩と日中は気温差が大きいので気をつけましょう。
- ・ 天気予報の気温情報を上手に使いましょう。

下着はすごい？ フラス2℃の保温効果！

下着（インナー）には体から出る汗や汚れを吸収して、皮ふを清潔に保つだけでなく、衣服との間にあたたかい空気をためて体を温める働きがあります。その効果



は、下着を着ていないときと比べて、およそ**フラス2℃**温まります。

さらに下着をズボンの中に入れて、空気がお腹の中に入らないので、お腹や腰の冷えを予防することができます。下着のパワーを上手に活用して、寒さに負けず元気にすごしましょう！



たいせつな目はたくさんのもにまもられているよ!

まゆげ

おでこからながれてくるあせが目に入らないように、ここでとめるんだよ!

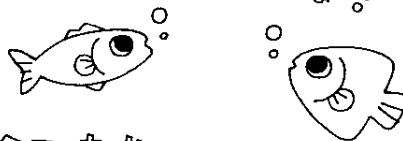
まぶた

目にボールがぶつかったり、虫がとんできたときなどに、パッととじて目をまもるんだよ!

まつげ

目につよい風があたったり、ほこりが入るのをふせぐんだよ!

ぼくたちおさかなにはまぶたがないんだよ。



まばたき


まぶたはいつもパチパチととじてなみだが目の全体にゆきわたるようにしているんだよ!

なみだ

ないていないときも、いつもなみだは目の表面をながれているよ! 目がかわかないように、目にえいようをおくるんだよ!



しりょくそくてい おこせ 視力測定を行います

| 日にち | 学年 | 持ち物・注意 |
|-----|------------------------|---|
| 7日 | 3-B、4-A、5-A 6-A、6-B | 持っている人はめがね ※めがねを持っている人は、めがねをかけた状態で検査をします。  |
| 8日 | 2-A、2-B、3-A | |
| 10日 | 1-A | |
| 11日 | 1-B | |



おうちの方へ

- ◎視力検査の結果は、健康手帳の2ページ“視力(秋)”の所に記入してお知らせします。ご家庭で見てくださいましたら、学校へお返してください。
- ◎視力B以下の人には、緑色の「視力検査結果のお知らせ」をお渡しします。最近受診された場合、すでに指示を受けている方などは、その理由をおうちの方が記入し学校へ提出していただいても構いません。
- ◎学校で行う検査は、異常の疑いのある児童を見つけるスクリーニング検査です。学校での測定結果と眼科での測定結果が違ったり、眼科で異常なしと診断されることもありますので、ご了承ください。