

# 保健室からのお知らせ

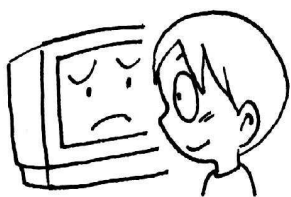
🍁 季節の変わり目です🍁風邪に注意しましょう！

朝・夕は肌寒くなり、気温の変化で体調をくずしやすくなってしまいます。  
十分な睡眠やバランスのとれた食事、手洗い・うがい、衣類の調節など…  
ご家族の皆様で体調管理に気をつけください。



## 👁️ 10月10日は目の愛護デーです 👁️

目に優しい生活ができているか、ご家族の皆様で考えてみてはいかがでしょうか👁️  
視力低下は早期発見で、それ以上の低下を防ぐことができますときもあります。学校でも視力検査や日常の様子で気にかけていますが、ご家庭でも、お子様の様子をお願いします。



① 何度注意をしても  
テレビ画面に近づ  
いて見る



② 本などを目に  
近づけて見る



③ 目を細めたり  
眉間を狭めた  
りして見る



④ 片目で物を  
見ようとす

## 身体計測のお知らせ

10月の2週目に第2回 身体計測を行います。お子様の測定結果は、  
「成長の記録」に記入し、配付いたします。ご覧になられましたら、  
捺印、またはサインご記入の上、担任まで戻してください。  
よろしくお願いします。



🍁 平成30年10月 🍁