

ほけんだより



R4.10.3
岩小学校
保健室

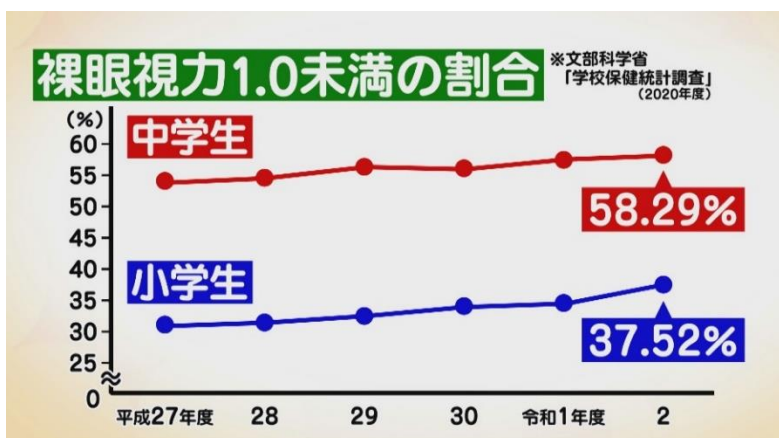
あきば 心地よい季節となりました。一日の気温差が激しいこんな時期こそ、
風邪をひかないようしっかり体調管理していきましょう。



目を大切にしよう!



ふとした時に物が見えにくかったり、また授業中に黒板が見えにくかったりしたことはありませんか？そんな人は、もしかして視力が低下しているのかもしれない。

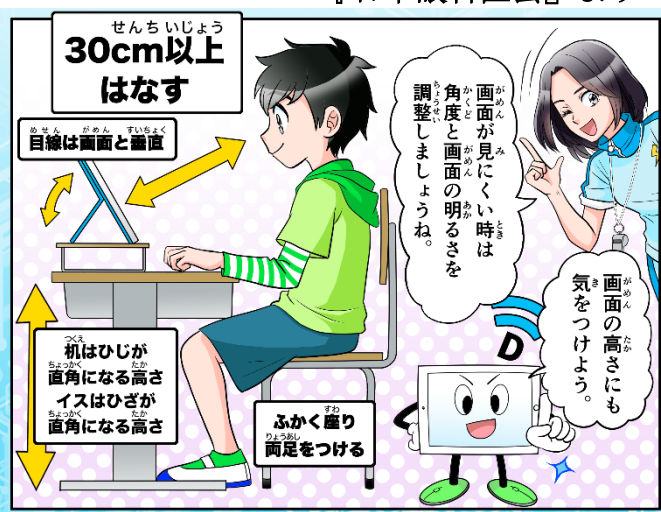
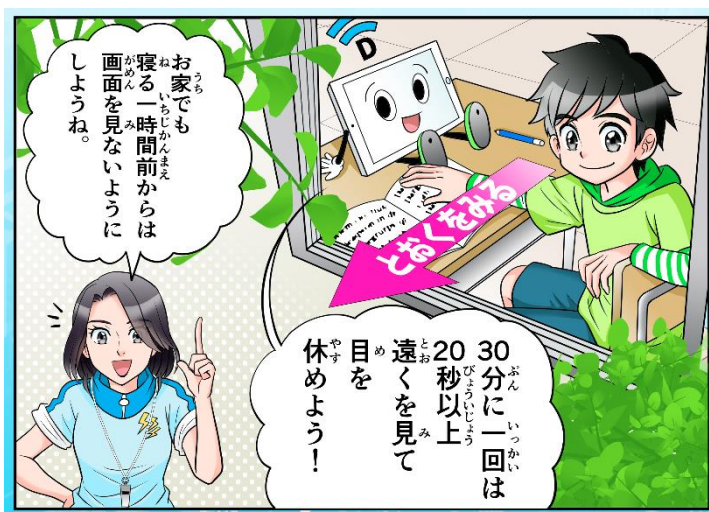


裸眼視力(メガネやコンタクトなしの視力)が1.0未満の人が全国的に増加しています。これはスマホ・タブレット・ゲームなど、近くの距離でもものを見る時間が長くなったことが原因だそうです。

☆学校や家でタブレット・スマホ・ゲームを使うときに気をつけよう! ☆

ほけんだより 10月②の資料をご家庭でぜひご活用ください。

『日本眼科医会』より



* 4月に視力検査を行い、B判定(0.7)以下の人には治療カードを配付しました。未受診の人は一度専門の医療機関で受診するようにしましょう。また視力検査は保健室ですいつでもできます。視力をはかりたい人は休み時間に保健室へ来てください。