



令和3年10月1日
京丹後市立宇川小学校
保健室

すずしくなっても、ゆだんしないで！！

きびしかったあつさもようやくおさまり、特に朝・後はすずしくなってきました。こんな時期は体調をくずしやすいです。夏のあつさで思っている以上に体力が落ちていたり、急にすずしくなったり、逆にあつくなったりすることが原因です。

ぬいだり着たりしやすい服をうまく使って、1日の中でも変わることがある『あつい』『ちょうどいい』『すずしい』に合わせていきましょう。



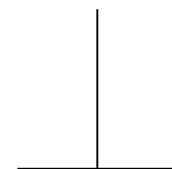
たいせつめ
大切な目のために

〇〇すぎに注意！

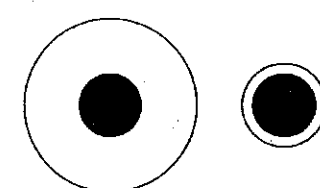


見え方のフシギ 目の「さっかく」

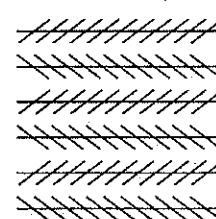
A タテの線とヨコの線は
おなじ長さ？



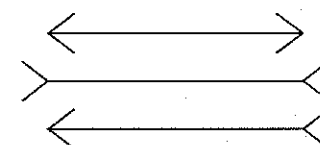
B まん中の●は
おなじ大きさ？



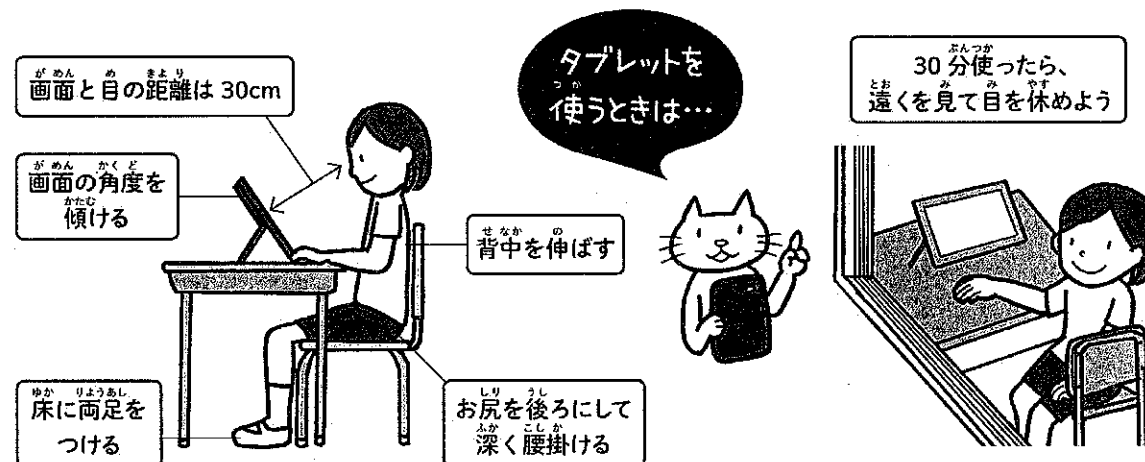
C 長いヨコの線は
すべてまっすぐ？



D 3本のヨコの線は
おなじ長さ？

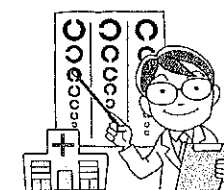


こたえは、すべて「はい」です。どう見えますか？



10月の保健行事

10月 5日(火) 尿検査提出日
8日(金) 視力検査 1. 2. 3年生
11日(月) 視力検査 4. 5. 6年生



メガネを持っている人は忘れずに持ってきてましょう。