ほけんだより 10月

おうちの人といっしょに読んでね♪

2025.10
大部小
ほけんしつ

涼しい→暑い→涼しい季節

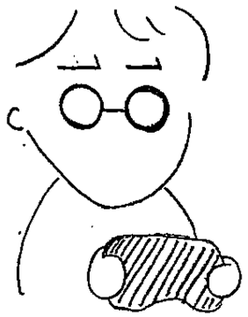
昼間は暑いときもありますが、朝や夕方はだいぶ涼しいですね。だんだんと秋らしくなってきました。このようなときは風邪をひいたり、体調をくずしやすいです。上着を持ってくるなど、衣服を調節できるようにしておくといいですね ☺

下着ってスゴイ！

「下着なんて、めんどうくさい ><」「シャツがあっても、なくても変わらない！」なんて思っていませんか？ 実は、下着には、すごい働きがあるんです！ たった一枚、下着を着るだけで、夏は汗を吸い取って肌の清潔を保ち、秋～冬は体温を逃がしません。

シャツ着てないよ ー

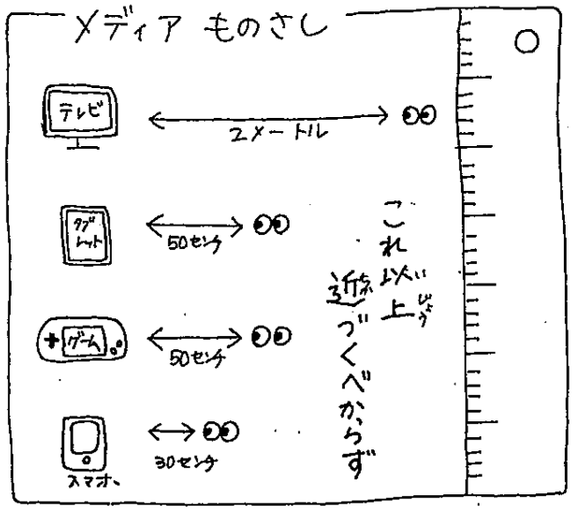
というそこのあなた!! だまされたと思って、まずは一度着てみてください。きっと「下着っていいな♪」と思えるはずです♪



10月10日は 目の愛護デーです！

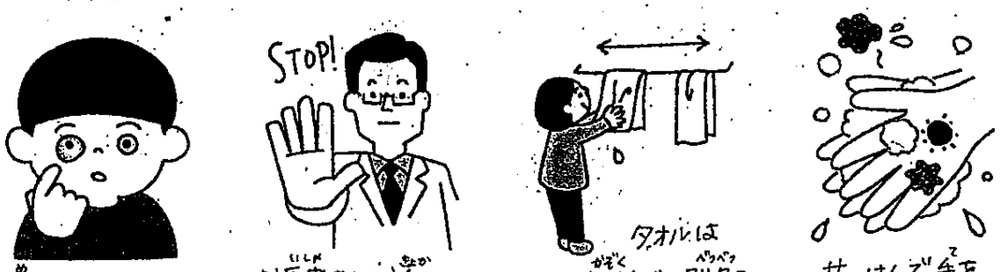
みなさんは目を大切にしていますか？
生活に欠かせない目ですが、目を悪くしませることはしていませんか？

目が悪くしむコト	
	① ゲームのしすぎ
	② 暗やみで本を読む
	③ 本を読むときに目が近い
	④ 前髪が目にかかる
	⑤ メガネの度が合ってない



はやり目（流行性角結膜炎）になったら

※はやり目はウイルスによってうつる病気です。まわりの人にうつさないための配慮が必要です



目をさわらないようにする

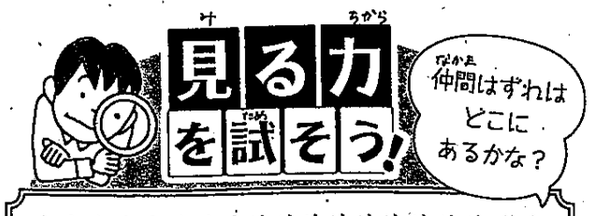
お医者さんの許可が出るまで学校は休む

タオルは家族でも別々のものを使う

せっけんで手をよくあらう

目薬をさした後は、A・Bのどっちが正しい？

答えはⒷです。まばたきをすると、目薬が涙といっしょに流れてしまうよ。



めめめめめめめめめめめめめめめめめめめめ
めめめめめめめめめめめめめめめめめめめめ
めめめめめめめめめめめめめめめめめめめめ
めめめめめめめめめめめめめめめめめめめめ
めめめめめめめめめめめめめぬめめめめめめ
めめめめめめめめめめめめめめめめめめめめ
めめめめめめめめめめめめめめめめめめめめ