

ほけんたより 10月

厚木市立妻田小学校
保健室
2019.10.16

10月に入ってから視力検査をしました。再検査でもAが見えなかった人へは、これから検査結果のお知らせをお渡しします。

スマホやゲーム機の画面を長時間見続けたり、睡眠不足だったりすると一時的に視力が低下することもあります。しかし、ほかの原因で視力が低下している可能性もあるため、視力低下が疑われるときは、早めに眼科を受診しましょう。



目にやさしい生活をしよう

目にかかっていますか？



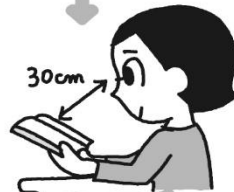
前髪は切るか、ピンでとめる

こすっていませんか？



ゴミが入ったときは、水を入れた洗面器の中でまばたきをする

近づきませんか？



本やノートから目を30cm以上はなす

長時間になっていませんか？



テレビやゲームは時間を決め、それ以上はやめる



保健室の様子



かぜひきさんがふえています！



朝晩、めっきり涼しくなり、先週から風邪や発熱のため欠席する人が増えてきました。保健室にも、風邪気味で体調のすぐれない人がたくさん来ます。保健室で休んでも良ならず、早退する人もいます。季節の変わり目ですので、体調管理をお願いします。



ほごしや かた
保護者の方へ

いろ み かた 色の見え方について



いろ み かた が異なる ひと の割合は、男性の 5%、女性の 0.2%とされています。

近年、先天的に色の見え方の異なる人に配慮する「カラーユニバーサルデザイン」が社会的に推進されています。

一方で、学校においては平成 15 (2003) 年度以降、色覚検査が定期健康診断の必須項目ではなくなったことなどから、特定の色や、色の組み合わせによっては見えにくいことに、おさん本人も含めて気付かない場合もあります。学校では特定の色やその組み合わせが、意図せず使われていることもあり、色の見え方が異なる人にとっては、見えにくさが生じている可能性もあります。また家庭でも、たとえばゲーム機の充電の色（オレンジと黄緑）が見分けにくい、肉の焼け具合がよくわからない、などの様子があるかもしれません。

現在色覚検査は、希望する人に対しては行うことができます。ただし、学校で行う検査は簡易的なものなので、色覚特性についてははっきりと確定させるものではありません。色覚検査を希望される方は、下の用紙にご記入のうえ、妻田小保健室までお申し込みください。

※検査には保護者の同意が必要です。押印（またはサイン）をお忘れなく！



しきかくけんさ きぼう
色覚検査を希望します。

令和 年 月 日

ねん ぐみ じどうしめい
年 組 () 児童氏名

ほごしやしめい
保護者氏名

