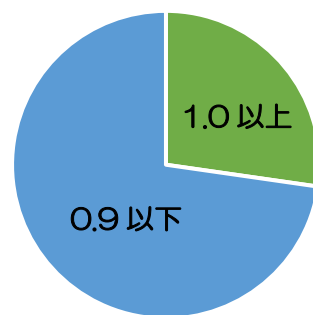


10 月の保健目標：目を大切にしよう

1 学期に視力検査を行いました。夏休み前に、担当の先生を通して 1 人 1 人に検査の結果を渡しました。

右のグラフは、視力検査で 1.0 以上が見えた人と 0.9 以下の人の割合を出したものです。視力 0.9 以下の人が全体の 73% で、対象者には眼科受診のお知らせを配りました。

視力検査の結果



10月10日は

目の愛護デー



10 月 10 日の数字を横にすると、目とまゆ毛に見えます。

このことから「目の愛護デー」と呼ばれています。目にやさしい生活を心がけましょう！

実ははたらきものの！涙のヒミツ



目を乾燥から守る

目の表面を常にうるおします。



ごみを洗い流す

目に入ったごみやほこりを洗い流します。

ばい菌から目を守る

涙にある抗菌物質（リゾチーム）が細菌から目を守ります。

目に栄養と酸素を届ける

目には血管がないので、涙が栄養を届けます。

視界をクリアにする

目の表面のデコボコを整えて見えやすいように整えます。

感染症に注意しましょう！！！！

昨年より 2 か月以上早く、新潟県はインフルエンザ流行期に入っています。新潟市内でも、コロナやインフルエンザで学級閉鎖になっている小学校や中学校があります。生活リズムを整えて、感染症予防に努めましょう。

また、毎日の健康観察で自分の健康状態を確認しましょう。いつもと違うと感じた時は、寮や分校の先生と相談し、無理をせずに休養しましょう。

【一人一人ができる感染症対策】



手を洗おう



うがいをしよう



換気しよう