

ほけんだより 10月

令和5年10月1日
城北小学校 保健室
No.6

10月の保健目標

目をたいせつにしよう

目としせいをまもる!
スマホ・ゲームとのつきあい方



スマートフォンやパソコン、タブレットは生活にかかせないものとなってきました。学習はもちろん、ゲームでよく遊ぶという人もいますね。『目をたいせつ』にしたつきあい方ができているか、見直してみましょう。

へやを明るくする



ときどき休む
(1時間→15分ほど休けい)



目と画面を
ちかづけすぎない



「寝ながら」
「ねこぜ」をさける



ごはん・おやつ
のときは使わない



「歩きながら」は
ぜったいダメ!



10・11・12月の保健行事

10月

19日(木) 就学時健康診断
(来年度入学するお子さん対象)
在校生は11:30下校、給食なし

11月

9日(木) 歯科健診 にじ・1・3・5年
21日(火) 学校保健委員会

12月

6日(水) 歯科健診 2・4・6年

むし歯治療状況

6月の歯科健診でむし歯のあった
119人中 **57人(48%)**が
治療を済ませました(9月29日現在)。

まだの人は早めの受診をお願いします。
治療が済みましたら、「結果のお知らせ」
(ピンク色の紙)を学校へ提出してください。



むし歯ゼロのクラス

2-1 2-3 4-3 6-2