



10月保健目標  
目を大切にしよう

お子様とご覧ください。

大きな怪我も体調不良もなく、錦体祭が無事に終わりました。子どもたちが声をからしながら応援をする姿、転んでも立ち上がり走りきる姿、どの瞬間も感動的でした。

熱中症対策のために、多くの水分を持たせていただいたり、生活習慣にも気を遣っていただいたりのご協力ありがとうございました。子どもたちも「今日は、水筒2本あるんです!」「たくさんお茶を入れてもらいました!」などと言いながら、嬉しそうに水分補給をしていました。

10月は、陸上記録会(5・6年生)や社会見学などの学校行事がたくさんあります。朝夕と日中の寒暖差があり、体調を崩しやすくなる時期です。元気に参加できるように、ご家庭でも十分な睡眠と朝食がとれるようご協力をお願いします。

### 《秋の健康診断日程について》

10月10日(木)13:15～ 歯科検診【全学年】

※春の健康診断では、歯肉に炎症がみられる児童が多かったです。毎日、ていねいに歯みがきをすること、デンタルフロスを使用することが大切です。歯みがきについて今一度見直しましょう。

10月22日(火)13:15～ 内科検診【全学年】 ※体操服を持参してください。

## 10月10日は目の愛護デーです

本日、全児童に『子供たちの目を守るために』のプリントを配っています。近年、子どもたちの「近視」が増加傾向にあります。**本校の裸眼視力(片目のみも含む)が1.0未満の児童の割合は、27.5%**です。近視予防方法の記載もありますので、ぜひお子様と一緒にご覧いただき、実践してください。

### 錦中学校区(錦中学校・錦清流小学校・宇佐川小学校)で取り組みます!!

神経系機能の発達が著しい幼児期・児童期は、動きの獲得やその質の向上に最も適した時期です。

したがって、錦中学校区では、多様な動きを経験し、さまざまな基礎的動きを身につけることを目的とし、「**体づくり運動**」を体育の時間に取り入れることになりました。ご家庭でも簡単にできる「**体づくり運動**」もありますので、ぜひお子様と挑戦してみてください。



5・6年生の体育の様子「ねずみとねこ」



QRコードを読み込むと、「体づくり運動」がご覧いただけます!

