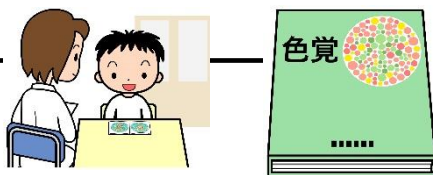


季節はすっかり秋になりました。一年の中でも、過ごしやすい気候ですが、9月の終わり頃から発熱や腹痛を訴えて保健室にくる児童が増えてきました。秋の花粉の影響からか、のどの痛みや鼻水を訴える児童も増えています。体調が悪いときは早めに寝るなど気を付けていただきたいと思います。

今月のほけん行事

- ・尿二次検査 8日(火)・9日(水) 一次検査で異常のあった人(お知らせ済み)
- ・4年生色覚検査 希望者に29日(火)～クラス毎に実施
明日、希望調査を配付予定

色覚検査について



近年、先天的に見え方が異なる人に配慮した「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。学校でも配慮をしていますが、特定の色やその組み合わせにより見えにくさを生じる場合があります。色の見え方が異なる人の割合は、男性の約5%、女性の約0.2%といわれています。

そこで、毎年4年生の希望者を対象に、色覚検査を実施しています。他学年の方でも、お子さんの色覚検査をご希望の方はお知らせください。

目によい食べ物

目のつかれや視力をたもつのにいいといわれる食品には次のようなものがあります

【ビタミン類】



特に色が濃い野菜のビタミンAは明るさを感じる物質に欠かせません。

【紫色の食べ物】



紫色のもと、アントシアニンは網膜の色素体をつくるのを助けます。

【タウリン】



魚介類に多くふくまれている目のつかれにきくといわれています。

4月に視力検査を実施してから、半年がたちました。お子さんの目の様子で、気になることはありませんか？



目を細めて見る



頭を傾けてみる



片目で見ると



テレビに近づいて見る

下のランドルト環が、5m
(この用紙の縦約17枚分)
離れて見えたら1.0です。

