



ほけんだより 10月

2021年
池田小学校
保健室

「スポーツ」「芸術」「読書」「食欲」…。今年はどんな秋にしますか？

10月です！秋らしくなってきましたね。朝や夜と昼間の
気温差が大きく、体調をくずしやすい季節です。上着などで、
気温や体調に合わせた格好をしてくださいね（^v^）



10月は、「陸上記録会」「運動会」「遠足」など、楽しい行事
がいっぱい！普段からはやく寝たり、しっかりごはんを食べたりして、
体調をととのえておきましょう♪

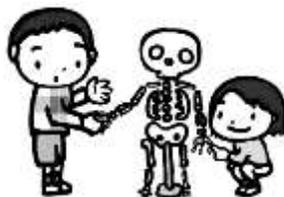
『せっけんを使った手洗い』で、コロナ対策もおやすめなく！



7つのまちがいをさがそう！

10月8日は「骨と関節の日」

わたしたちが運動できるのは、
骨と関節を中心とした
体の運動器官が
健康だからだよ！



10月15日は「世界手洗いの日」

正しい手洗いできるようになった？





め せいかつ 目にやさしい生活 こころ 心がけていますか？

タブレットをつかうときは…



ゲームをするときは…



まえがみは…



め いしや がんかい
目のお医者さん（眼科医）に…

ていきてき
定期的に
目のお医者さんの
指導を受けよう！



けんこういいんかい 健康委員会が「目の愛護デー」を呼びかけました！

10月10日の「目の愛護デー」に向け、健康委員会ではビデオを作成し、給食時間に放送しました。

「みんなにもっと目について知ってほしい！」と、クイズをしました(^o^)

『アイアイ博士』『助手』『アナウンサー』役を、今回も見事に演じました！

博士たちが言っていたように、みなさんの大切な目を「アイ♡」してあげてくださいね(*^^*)

健康委員会のみなさん、すてきなビデオをありがとうございました

