



令和 7 年 9 月 3 0 日
一宮町立東浪見小学校
保健室

暑い夏が過ぎ、日に日に秋が深まってきました。外で元気に遊ぶ東浪見っ子の姿が保健室の窓から見られます。

運動会練習が本格的に始まります。子どもたちの体は、大人が思っている以上に疲れやすいです。夜は早めに休むように声をかけてください。また、水筒を必ず持たせて、朝食を食べさせてから登校できるようご協力をお願いします。



10月の保健行事予定

検査名	検査日	対象者	検査についてのお願い等
採血 (小児生活習慣病予防検診)	8 日(水)	4年生 希望者	○当日、朝ごはんは食べてきて構いません。 ○欠席した場合は、医師会の指定日に保護者の方が引率して実施します。

フッ化物洗口が始まりました！

9月25日から1・2年生の希望者を対象にフッ化物洗口が始まりました。どちらの学年も上手にブクブクうがいをする事ができていました。これに伴い、9月12日には歯科衛生士による歯科指導がありました。フッ化物だけでは、むし歯予防ができないため一本一本丁寧に歯みがきをすることが大切だと教えていただきました。また、低学年では細かいところまで磨くところが難しいため、仕上げみがきをしてもらうようにと仰っていました。ご家庭での仕上げみがきをお願いします。



気候に合わせた服装を

これから徐々に寒暖差が激しい気候となります。お子様が自分で体温調節ができるようご協力をお願いします。

- 寒さを感じやすい人は、はおれる上着の用意をお願いします。
- 下着は汗を吸収したり、寒さを防いだりする役割があります。



うんどうかい お じゅんぴ
運動会に向けて準備はいいですか？



児童のみなさんも読んでみよう。

★できていたらチェックをつけよう！

すいみんを十分に^{じゅうぶん}とっている ☐	朝ごはんを^{あさ}しっかり^な食べている ☐	汗ふきタオルを^{あせ}もって^も来ている ☐
足に^{あし}あった靴^{くつ}をはいている ☐	手足の爪^{てあし つめ}を^{みじか}短く^き切っている ☐	水とう^{みづ}を持^も参し、こまめに^{すいぶん}水分^{すいぶん}補給^{ほきゅう}している ☐
赤白^{あかしろ}ぼうしのゴムが^ききちん^ととっている ☐	運動^{うんどう}に適^{てき}した服^{ふく}そう^をしている ☐	運動前^{うんどうまえ}に準備^{じゅんび}運動^{うんどう}をしている ☐

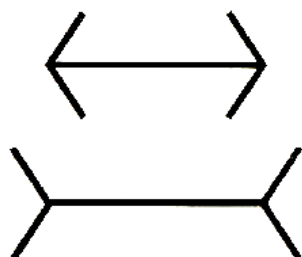
め
ふしぎ！ の錯覚コーナー



私^{わたし}たちが普段^{ふだん}何気^{なに}なく使^{つか}っている目^めは、実^{じつ}はまわり^{もの}の物^{もの}にとともまどわされているということがわかります。見方^{みかた}を変^かえろと、新し^{あた}い一^{いち}面^{めん}が見^みえるかもしれませ

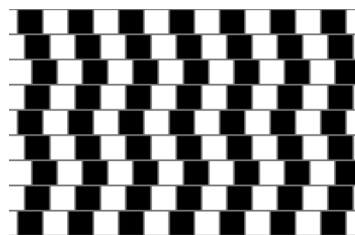
み つか やす ため
見つめすぎると目^めが疲^{つか}れてしま^{やす}いますので、休^{やす}みながら試^{ため}してみ^{ため}てくださいね。

1 長いのはどちら？



うえ した よこ
上と下で横の
せん なが
線の長さ^{なが}をくら
べてみます。下
ほう なが み
の方が長^{なが}く見
えますが、実^{じつ}際^{さい}
はどうでしょう。

2 ゆがんで見えるけれどじつは・・・



よこぼう
横棒^{よこぼう}がななめにゆがんで見^みえますが、
じょうぎ
定規^{じょうぎ}をあてるとじつはまっすぐです。