



風が涼くなり、ところどころ秋の気配が感じられるようになってきました。朝晩は肌寒く感じる時もありますね。季節の変わり目は体調を崩しやすい時期です。体調管理に気を付けて過ごしましょう。

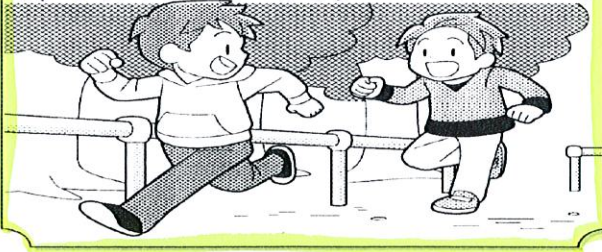


10月保健目標

め たいせつ
目を大切にしよう

スポーツの秋

涼くなり、運動しやすい季節になりました。外で元気に体を動かして健康に



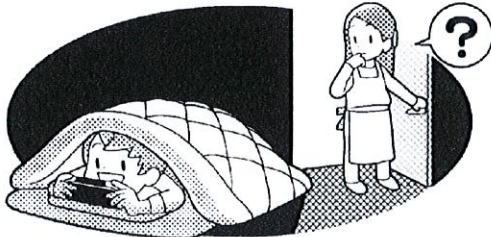
衣替えは少しずつ……

10月は衣替えの季節と言われますが、気温によって脱ぎ着がきる上着を持っておくといいですね!



視力低下を招く、こんな行動をしていませんか?

布団の中でゲームをしている



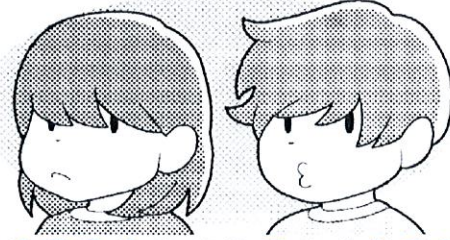
時間を決めずにゲームをしたりテレビを見たりしている



寝転んでテレビを見ている



前髪が長く、目にかかっている



低学年でも、視力の低下している児童がいます。本を読んだり、テレビを見る時は、明るい部屋で時間を決めてするようにして、目の健康を守り!

薬物乱用防止教室がありました



10月9日(火)、講師に宮良政洋先生をお招きして、薬物乱用防止教室を実施しました。安波小学校と合同で行い、子どもたちは真剣な眼差しで講話を聴いていました。「大人になってもタバコやお酒をのみすぎないようにしたいです」「子どもがお酒をのんではいけないとやからに」等の感想がありました。😊