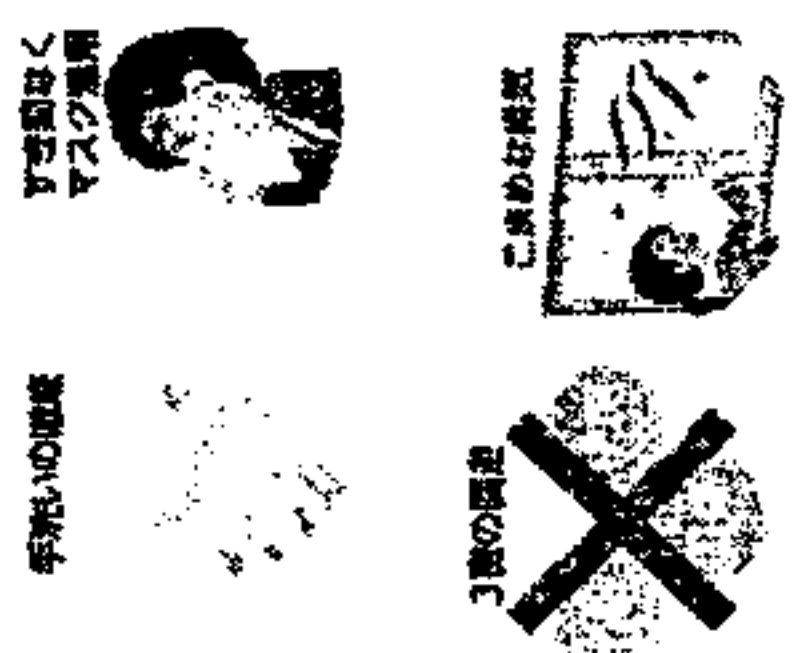


ほけんだよい10月号

松島小学校保健室

10月になりました。朝夕の風が少し心地よくなってきましたね。「実りの秋」と言われる10月、みなさんにとっても実り多き秋となりますように。withコロナの今、引き続き基本的な感染対策の徹底もよろしく願います。



★ 本を読むとき、目との距離は？

A 10cm
B 30cm

★ B 30cm

手のひら2つ分がちょうどいい距離

★ 勉強中だけど... よくないところは？

★ 寝ころんでいること

姿勢よく座って勉強しようね

★ 視力検査に使う、この名前は何？

A ドーナツ環
B ランドルト環

★ B ランドルト環

ランドルトさんが考えた世界共通の記号だよ

★ ゲームやスマホを使うときは？

A 時間を決めて使う
B 目が疲れたらやめる

★ A 時間を決めて使う

小学生の使用目安は「1日1時間」

★ 「目〇を下げる」〇に入るのは？

A 尻
B 頭

★ トンボの目は何個ある？

A 2個
B 30,000個

★ B 30,000個

小さな目が集まった「複眼」で見ているよ

★ 疲れている目にいいのは？

A バランスよく食べる
B しっかり寝る

★ 栄養をとってよく寝ることが大切！

A・B どちらも

★ 満足して笑う様子を表すよ

A 尻
B 頭

★ コンタクトレンズを發明したのは？

A ダ・ヴィンチ
B ザビエル

★ A ダ・ヴィンチ

B のザビエルは日本にメガネを伝えたんだった

★ 忘れずに洗おう！

多いポイント

忘れずに洗おう！

1 ゆびさき
2 ゆびの間
3 手首
4 手の甲
5 手のひらのしわ



今月のほけんもくびよう
「目を大切にしよう」