

すこやか



令和元年10月1日
西栗栖小学校 保健室

10月10日の『目の愛護デー』にちなんで、10月1日に視力検査を行いました。
「受診のお知らせ」をもらった人は、早めに眼科医院でみてもらいましょう。

目によいことをしよう！

ぐっすりねむる



近くばかりでなく
ときどき遠くをみる

テレビ、ゲームは
明るい部屋でする



こんな姿勢を
心がけよう！

ノートから
30cm以上
目をはなす

背筋はまっすぐ！

机からこぶし一つ
ぶんくらいあける

深くこしをかける

足のうらをつける

黒板の字 読めるかな？



A : 1.0以上
一番うしろから
でも黒板の字が
見える

B : 0.7~0.9
まん中よりうし
ろで、ほとんど
見えるが小さな
字は見えにくい

C : 0.3~0.6
まん中より前
でも、小さな文字
は半分くらいし
か見えない

D : 0.2以下
一番前でも、メ
ガネやコンタク
トレンズがなけ
ればはっきり見
えない



きたい
ごうご期待！

よこく
予告

たの
お楽しみに~

は くち 歯と口の けんこう 健康クイズ をします！

11月8日は『いい歯の日』です。いい歯の日にちなみ、歯と口の健康クイズをします！

開催期間・・・11月6日(水)~15日(金)

内容・・・平成29年6月より年2回発行の新宮町歯科通信の中からクイズの問題が出るよ。

歯と口の健康クイズ期間中は、今までの歯科通信を保健室前掲示板に貼っておくのでよく読んでおいてね。

1~3年生はO×クイズ 4~6年生は穴埋めクイズだよ。

方法・・・問題用紙を配るので、クイズに挑戦したい人は答えを書いて、保健室前に置いてある応募箱に入れてね。

結果発表・・・全問正解した人の中から抽選で豪華賞品が当たるよ。

新宮地区小学校6校が各校で行うよ。

全問正解者最多は西栗栖小学校だ！

めざせ！歯と口の健康クイズの東大王！！