

# ほけんだより



平成30年10月12日(金) 入鹿小学校保健室 No.7

過ごしやすい季節になってきました。読書や勉強、スポーツにじっくり取り組むのによい時期ですね。

一方で、朝夕と昼間の温度差が大きいので、体調をくずしやすい時期もあります。校内でも、運動会が終わってから体調をくずしている子が多いです。県内では、インフルエンザもでてきているようなので、手洗いうがいでしっかり予防しましょうね。

10月15日は

世界手洗いの日



世界では、5歳の誕生日をむかえずに、命を落としてしまう子どもたちが年間約590万人います。石けんを使って正しく手を洗うことができれば、そのうち100万人の子どもの命を守ることができるそうです。正しい手洗いを広めるために、日本ユニセフ協会が10月15日を世界手洗いの日と決めました。

手洗いは、かぜやインフルエンザ、食中毒などの病気の予防にも有効です。元気に過ごすために欠かせないものです。みなさんもしっかり手を洗いましょう！

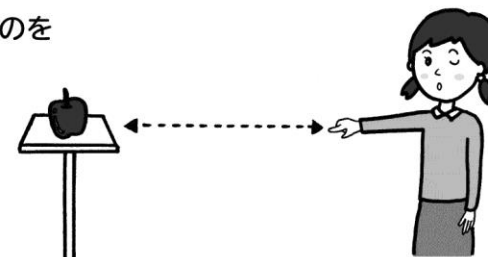
## 「きき目」はどっち?



「右きき? 左きき?」と聞かれたら手(腕)や、足のことだと思われかもしれませんが、目にも「きき目」があります。わたしたちはふだん、ほとんど気にしていなくても自然にきき目のほうをよく使っていて、もう片方の目でサポートしながら立体的にものをとらえているのです。

### 「きき目」の調べ方

- ①数メートルくらい離れたものをじっと見る。
- ②そのまま見ているものを指でさす。
- ③その状態で、片目ずつ閉じたり開けたりする。



このとき、片方ではしっかりさしているように見えて、もう片方では少しずれたところをさしているように見えます。しっかりさしているように見えるほうがきき目です。スポーツをするときなどに、意識してきき目を使う場合もあるそうですよ。

### 前期保健給食委員会

12日(金)前期最後の委員会活動がありました。保健給食委員会では、使わなくなった保冷剤を使いトイレに置く消臭剤を作りました。

きれいな色のキラキラ消臭剤ができ、トイレがさわやかになりましたね。

