

# すこやか

2018年10月10日

10月10日

和歌山市立小倉小学校

目の愛護デー

雨で延期になった運動会ですが、皆さんの一生懸命な姿、そしてなにより本番に向けて練習をすごく頑張ってきた姿すてきでした。これからも、いろんなことにコツコツと挑戦して行って欲しいと思います。



## 気温の変化に合わせて 衣服を調節しましょう

気温と衣服の種類目安

25℃	20℃	15℃	10℃
はんそで 半袖	ながそで 長袖	ながそで うわぎ 長袖の上着	あつて うわぎ 厚手の上着
10月初めごろ の最高気温	→		10月末ごろ の最低気温

10月は、気温差の大きな時期です。月の初めと終わりを比べると、最高気温・最低気温とも10℃前後低くなります。また、晴れの日と雨やくもりの日、朝晩と日中でも気温の差は大きくなりますから、衣服の調節が体調管理の大きなポイントになります。



みなさんの勉強の時の姿勢はどうですか? ゲームや携帯・タブレットを長時間使っていませんか? 10月10日は「目の愛護デー」です。一生使う大切な目です。目頃からいたわってあげてくださいね。

学校では、10月に入り視力検査が始まっています。1.0 (A) が見えにくかった人には視力手帳を渡しています。左右の視力差が大きい、0.7 (B) が見えにくい人は、できるだけ眼科を受診し、お医者さんに相談するようにしましょう。

### 10月の保健行事予定

- 9月28日(土) 視力検査 5年生
- 2日(火) 視力検査 6年生
- 9日(火) 視力検査 4年生
- 10日(水) 視力検査 3年生
- 11日(木) 視力検査 2年生
- 12日(金) 視力検査 1年生
- 18日(木) 就学時健康診断 新入児
- 19日(金) 食後尿糖検査 5年生
- 25日(木) 歯科検診 1・2・5年生

9:00~小葉先生

### あんな目、こんな目...

#### 生きものの目のフシギ

**【光る!ネコの目】**  
暗いところからちゃんと光るネコの目。これは、光を反射する「タペタム」というしくみがそなわっているから。タペタムのおかげで、ネコは暗いところでもまわりが見えるのです。

**【いっぱい!こん虫の目】**  
トンボやチョウなどのこん虫の目は、よく見るとアミのよう。じつは、その細かい1つひとつがすべて目ののです。広いはんが見えるため、エサになる生きものや敵が近づいてくるとすぐにわかります。

**【閉じない?さかなの目】**  
多くのさかなには「まぶた」がないので、目はつぶらず、いつも開けっぱなしです。「じゃあ、ねむるときは?」もちろん、さかなだつてときどきねむっていますが、目は閉じたままなのです。