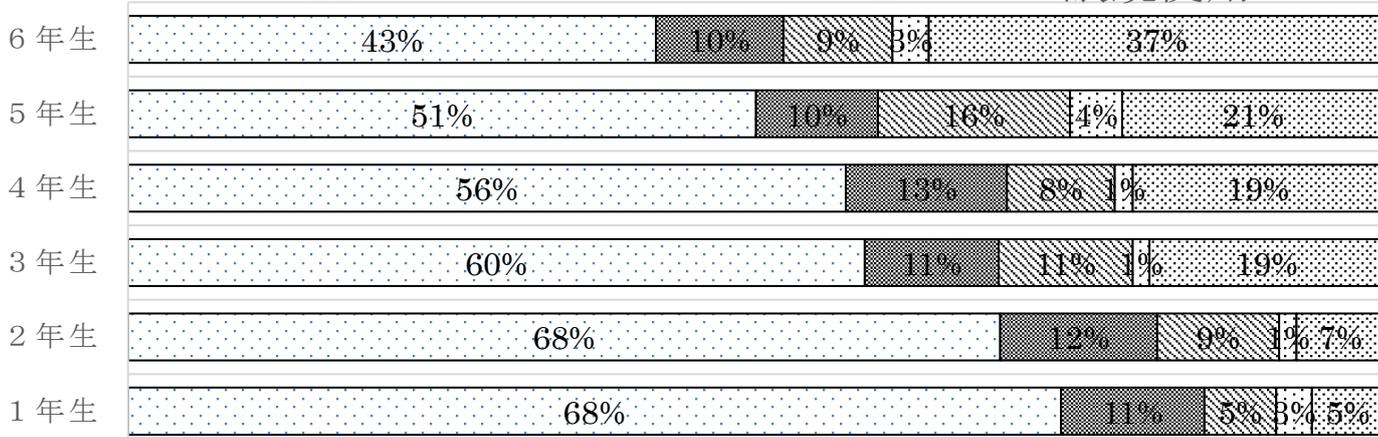


令和7年度 視力検査結果

□ A ■ B ▨ C ▩ D ▨ 眼鏡使用



A [1.0以上]

1番後ろの席からでも黒板の文字はよく見えています

B [0.7~0.9]

後ろのほうでも黒板の文字はほとんど読めます

C [0.3~0.6]

後ろのほうでは黒板の文字は見えにくいです

D [0.2以下]

前の席でも黒板の見え方は十分とはいえません

- 学年が上がるにつれて視力Aが少なくなり、眼鏡使用者が増えています。
- どちらかの視力にBがあった場合、医療機関受診のお知らせをしています。黒板の字が見えにくかったり、物を見るときに目を細めたりするのは視力低下のサインかもしれません。視力低下が疑われる場合は医療機関へ御受診ください。
- 文部科学省が児童生徒の視力低下の実態調査（令和3年～5年）を行った結果、裸眼視力1.0未満の子供の割合が増加していて、近視は将来、目の病気と大きく関連すると報告されました。視力の低下を防ぐ方法として、屋外での活動を増やす、できる限り近いところを見る作業を短くするのがよいそうです。目を休めるための「20ルール」があります。ぜひ、実践してみてください。

目を休めるときの 20ルール

スマホ、タブレット、テレビ…集中していると、ついつい目を休めるのを忘れがち。みなさんの目は、いま発達している時期です。近くの画面ばかりを見ていると、遠くが見えづらくなる「近視」になりやすいです。

……大切な目を守るために、画面を見るときは **20ルール** を覚えておきましょう。……

画面を**20**分以上見たら



20フィート（約6m）離れた
遠くを**20**秒眺める

保護者の方へ

- 夏休み明けに行った「けんこうカレンダー」では、子供たちの頑張りがみえて、とてもうれしく思いました。その陰には、おうちの方の声かけや励ましがあったと思います。心温まるおうちの方のひとこと欄も含め、御協力いただきありがとうございました。
- だいぶ涼しくなってきましたが、まだ気温が上昇する日もあり、教室のエアコンを使用することもあります。座席の位置や寒さの感覚の違いによって、半そでで過ごすとお子さんもいるようです。カーディガンなど上にはおるものがあると安心です。御準備をお願いします。



からだの健康のために石けんで手を洗おう！

自分の体を病気から守る方法のひとつが「石けんを使った手洗い」です。瓦葺小学校のみなさんは、とてもよく手洗いをしていますね。そのため、石けん液の点検を行っている保健委員は大忙しです。これから水が冷たくなりますが、しっかりと石けんでの手洗いを続けてくださいね。

ドアノブや手すり、
机やスイッチなど、
みんながさわるところには見えないバイキンがたくさん！



手についたバイキンは、
口や鼻、目などから体
の中に入って、悪さを
します。体を守ろうと
する力が弱まっている
と、カゼをひいたり病
気になったりします。

だから、手洗い。
石けんを使って、
つめの間、手の甲、
指の間、手首まで
しっかり洗おう。



手を洗ったあとは、きれいなタオルでふいてね

交通安全の

はひふへほ

信号が変わっても **は** しらない

道路に

ひ ろがらない

歩いているときに

ふ ざけない

自転車に乗るときは

へ ルメットをかぶる

ほ どうを 歩く

これから日が暮れるのが早くなります。ちょうど薄暗くなる日暮れ時に、交通事故が多く発生しています。

大切な命を守るためにも、交通安全の「はひふへほ」を守りましょう。

