



運動会の練習も始まり、いよいよ2学期最大の行事に向けて動き出しました。厳しい暑さから朝晩の冷え込みが強まる時期です。体調を崩しやすい時期になりますので、お子さんの体調管理にお気を付けください。

後天共同性内斜視ってなに！？



片方の眼が内側に向く、内斜視になっている。

普段のお子さんの目の様子や見え方について、変わったところはありませんか？

「見え方が変」、「ものが二重に見える」などの訴えが増えた。



「後天共同性斜視」とは、生まれつきではなく、後天的に発症する内斜視の一種です。原因として、デジタル機器を長時間使用することが挙げられます。一部では、「スマホ斜視」とも言われています。

今月の健康の日も「目の健康」について学習していきます。お子さんとスマートフォン等のデジタル機器の使い方について、見直してみてください。

デジタル機器を使用するときは、**30cm以上**の距離を保つ。



30分に1回は、**30秒以上**画面から目を離し、遠くを見て目を休める。



デジタル機器との付き合い方のポイント

「遠くのものが二重に見える」など、いつもと違う見え方や異常を感じた場合は、**早めに受診する**。



デジタル機器の適度な使用、眼鏡等の適切な使用で、目を大切にしましょう。

外部講師による講座



こころの健康教育



9月18日(木)に、公認心理士として御活躍されている加藤香織先生をお招きして、5年生を対象に「こころの健康」について講話をしていただきました。

心が健康でないときの対処方法や友達の SOS のサインを見抜くポイントなどを学ぶことができました。



喫煙防止講座



9月29日(月)には、袋井市健康長寿課より保健師の中村先生をお招きし、6年生を対象に喫煙防止講座を行いました。

たばこの害や断り方など、体験を通して楽しく学ぶことができました。お祭りも近いので、正しい判断ができるよう御家庭でもお声掛けください。



20歳未満は
吸ってはいけないから、
絶対吸いません！！
いやです！！！！

大人も吸っているし、
1回くらい、大丈夫！
すぐにやめればいいよ！



薬学講座



10月1日(水)、6年生を対象に、スクールサポーターの森田和昌先生と学校薬剤師の渡辺浩平先生をお招きして、薬学講座を行いました。

渡辺先生からは、薬には必ず副作用があることや薬の譲渡はしないほうが良いことなど薬の正しい使い方を、森田先生からは、森田先生が実際に会った薬物依存症の人の話などの薬物の怖さを学びました。

市内でも道端に落ちていた袋が覚せい剤だったという話も伺い、危険が身近にあるのだと実感しました。

