

全員配付



R2. 10月
津幡小学校
保健室

☆うちの人といっしょに
よみましょう☆

朝晩が冷えこむ日が多くなってきました。風邪をひかないように気をつけましょう。天気の良い日には、思いっきり外で遊んで、元気な体をつくりましょう。



目を大切にしよう

小学生の視力は、全国的に年々悪くなってきています。その原因は様々ですが主にパソコン・ゲーム・タブレットなど、近くのを長い時間見続ける生活が多くなったことがあげられます。津幡小学校のみなさんも例外ではありません。下の表は6月の視力検査の結果です。

	A	B	C	D
津幡小 全体	63.0%	10.2%	16.2%	10.7%
全国（昨年度）	65.4%	12.0%	13.2%	9.4%

毎年、津幡小学校は全国平均よりも視力の良くない人が多いです。今一度、目の大切さについてうちの人と一緒に考えましょう。学校でも、目を大切にするためにはどのような取組をすれば良いか、学級活動の時間に各クラスで話し合っています。

11月には、今年度2回目の視力検査を実施します。6月よりも視力が下がった・・・とならないよう、生活面で気を付けることができることは実行していきましょう。

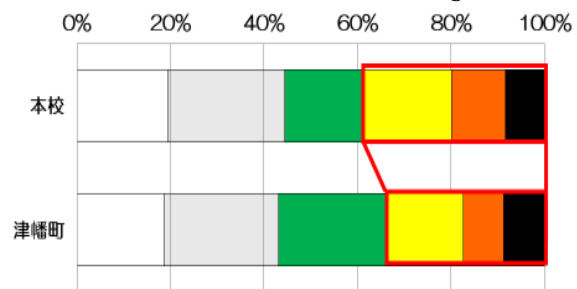
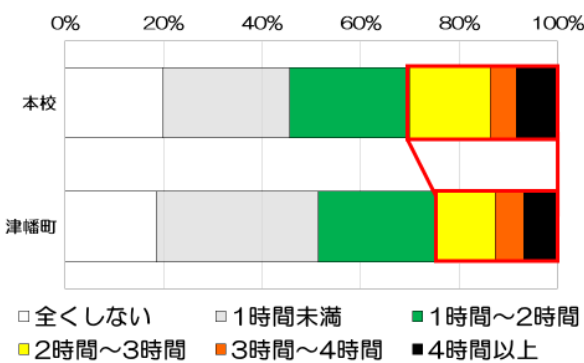
つばたっ子のメディアのようすは？



津幡町の小中学校では、4年生以上を対象として毎年10月に「生活状況調査」をしています。今年度はまだ調査できていないので、昨年度の結果を3年前と比べて見てみましょう。

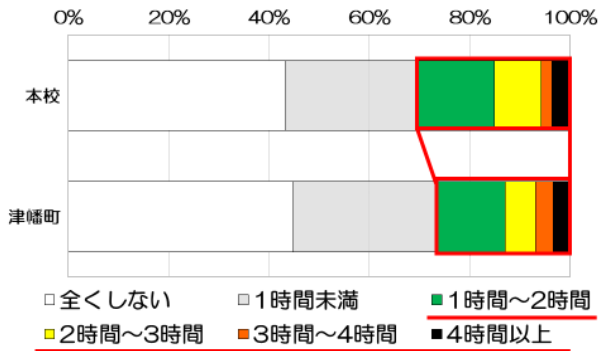
2時間以上ゲームしている子が多いぞ！！

平日、ゲームを何時間しますか？

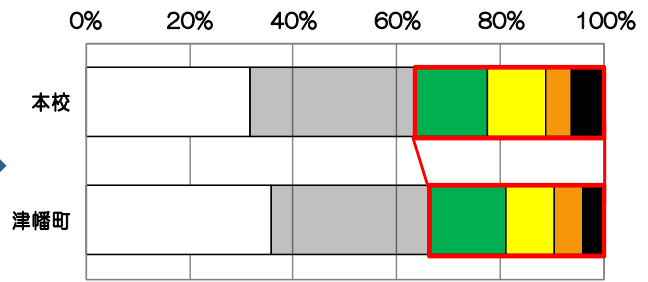


平日、2時間以上ゲームをする子どもが年々増えていきます。石川県平均と比べてもとても高いです。家庭のルール作りと保護者のメディア管理が求められる状況です。

平日、インターネットを何時間しますか？



インターネットにつないでいる時間も長い！！



家庭でインターネットを利用している児童の割合は6割を超えています。これも、石川県平均と比べてとても高いです。町内小学校間では差があるようで、津幡小は利用率も高く、利用時間も多くなっています。

津幡町の小学生全体の傾向として、石川県の平均よりも、メディアに触れる時間が多いようです。その中でもつばたっ子のみなさんは、ゲームやインターネットをする時間が多くなっています。

この調査では、「家でのルールが決められているか」という質問もありますが、全てのおうちでしっかりとルールが決められているわけではないようです。(ノーメディアウィークのときだけのルールだというおうちも・・・)



視力低下の原因は遺伝的要素もありますが、生活習慣・環境も同じくらい影響していると言われています。毎日の時間の使い方や目に良い環境を整えながら、過ごしてみたいはいかがでしょうか。

保護者の皆様へ

～眼科受診(視力低下)について～

毎年、1・4年生の検診をしていただいている生駒先生(いこま眼科医院・今年度の検診は11月5日)は、視力についてはB以下(1.0が見えない)で受診をすすめています。見えない状態での生活は、勉強の際の集中力の低下につながったり、スポーツの時に不利であったりするだけでなく、けが等の危険につながることもあります。受診・治療で、お子さまの目の健康を守っていきましょう。

～欠席について～

毎朝、検温・体調観察・保護者サインにご協力いただき、ありがとうございます。「うちの子は健康です」という保護者の方の太鼓判があると、学校も安心して受け入れることができますので、今後ともよろしくお願いたします。(学校がお休みの日も、体調管理のために行い、記入してください)

万が一、お子さまの体調が思わしくないとき(37.5℃以上の発熱、健康観察表に書かれている症状が1つでもある、など)は、学校を休み、おうちでゆっくり休養するようお願いいたします。ただし、医療機関を受診されており、医師から登校の許可が得られていてお子さまの症状が安定している場合は、登校させていただきます。また、アレルギー等により、慢性的な咳症状などある場合は、学校にその旨お知らせください。

今年度のコロナ禍においては、発熱やかぜ症状での欠席は『出席停止』の扱いとし、安易に学校を休んだことにはしておりません。お子さま・ご家族・地域の皆さまの健康が一番です。

これからの時季は、インフルエンザの流行も懸念されます。一人一人が体調管理を心がけ、健康に過ごしていけると良いですね。