# 元気るんるん



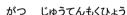
あるように、満月は美しいもの、よいものというイメージがありますが、満月は人の心 を乱す不吉なものというとらえ方をする国もあります。見ているのは同じ月なのに,見 る人の心によってイメージが全く違うなんておもしろいと思いませんか?澄んだ月の光

を浴びていると、心が落ち着いて、静かなパワーがみなぎって くるような気がします。コロナ禍で、なにかとストレスがたま る毎日ですが、そんなときだからこそ、夜空をながめ、宇宙に 思いをはせてみるのもいいかもしれません。ちなみに、今年の中秋 の名月(お月見)は、今日10月1日です。ご家族でお月見し ながら、楽しいひとときを過ごされてはいかがしょう。













・・・ある日の保健室

Aちゃんがやって桑て.

せんせい てつぼう おやゆび も 「先生、鉄棒で親指が燃えました。」

と言いました。

「えっ!燃えた?親指が燃えたら大変!」 . 覚せて!覚せて!」

その燃えたという親指を見せてもらうと 黒くなってない!焼けてない!

「燃えてないじゃん!これ、ただのマメです。 でも、燃えてるように痛かったんだよね。・・ おかしいと思ったわあ。」

・・・また、ある日の保健室 Bちゃんがやって来て.















「(うでを見せて)ここがかゆいんです。」 見ると、たしかに赤くなっている。 「理科室で、何か薬品でもついた?」 と聞いたら.

「いいえ。ノートでかいてたら、かゆくなって・・」 と言うので、驚いて、

「ノートでかいてたらって、ノートでかいたの? どんなふうにうでをノートでかいたの?」 と聞いたら、

「そうじゃなくて. ノートは鉛筆で書いてたんで す。」

「なるほどぉ~・・おかしいと思ったわあ。」 言葉って難しい~けど、おもしろいな。ワッハッハ!

# 10月10日は目の愛護デーです 10月10日 → 1010 →



10月10日は、「目の愛護デー」です。これは、10と10を横にすると、人の顔の目と眉に見えるか らだそうです。「目の愛護デーの歴史は古く、60年以上の歴史があります。はじまりは、1931年 しょうわ しつめいよぼう うんどう がつとうか しりょくほぞん さだ ちゅうおきうじん ふくしきょうざかい (昭和6年)に失明予防の運動として、10月10日を「視力保存デー」と定め、中央盲人福祉協議会 ないむしょう もんぶしょう こうえん まいとし かつどう はじ 内務省. 文部省の後援で毎年活動を始めたのがきっかけです。そして. 1938年(昭和13年)から ねん しょうわ ねん がつ にち め きねんび ねん しょうわ ねん ふたた 1944年(昭和19年)までは、9月18日を「目の記念日」としましたが、1947年(昭和22年)に再 がつとうか め あいご さだ 7、10月10日を「月の愛護デール定めました。

## ◆ 子どもの目の成長

こ 子どもの視力は、生まれてから約6~7年かけて、ものを見ることによって発達します。子どもの め せいちょう し けんこう けいせい ひつよう せいかつしゅうかん み 目がどのように成長しているのかを知って. 健康な目を形成するために必要な生活習慣を身につ けましょう。



ものが見える せいご げつ うご 生後1・2ヶ月は動くもの がわかる程度。3・4ヶ月 で見えるように。



ではまたりょく やく 平均視力が約0.8に! はついくともめ、せいちょう発育と共に目も成長。 へいきんしりょく さい 平均視力は、1歳で やく 約0.3. 2歳で約0.6。



しりょく ね力が10以上にし しりょく いじょう 視力10以上が 4歳で75%. 5歳で85% 。 6歳でほぼ100%。



め きのう かんせい **目の機能が完成**! さいいこう せいちょうき 7歳以降. 成長期に し すす ばあい 視が進む場合がある。

### **自を大切にするための3つの約束**



1. 曽をやすめよう **肖は、とても** 

っか 疲れやすいよ。



2. 明るいところで読もう 本は、暗いところで 。 読まず、明るいところ で読もう。



3. 遠くを見よう

ゲームやテレビで、 肖を たくさん使ったあとは遠 くを見よう。

•		