

‘元気るんるん’は湯田小学校のほけんだよりです。

2020年(令和2年)10月1日
福山市立湯田小学校

元気るんるん



秋といえば、夜空に浮かぶ月がきれいな季節。日本には古くからお月見の習慣があるように、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こともあります。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とはありますが、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でしょうか。



保健室物語

…ある日の保健室
Aちゃんがやって来て、
「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！」
見せて！見せて！」
その燃えたという親指を見せてもらおうと
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。」
「なるほどお～..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！

がつ にち め あいご

10月10日は目の愛護デーです

10月10日 → 10 10 →

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(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)に再び10月10日を「目の愛護デー」と決めました。

◆ 子どもの目の成長

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。



生後1～4ヶ月

ものが見える
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。



3歳

平均視力が約0.8に！
発育と共に目も成長。
平均視力は、1歳で約0.3、2歳で約0.6。



4～6歳

視力が1.0以上に！
視力1.0以上が、4歳で75%、5歳で85%、6歳でほぼ100%。



6・7歳

目の機能が完成！
7歳以降、成長期に眼球が長くなり、近視が進む場合がある。

◆ 目を大切にするための3つの約束



1. 目をやすめよう
目は、とても疲れやすいよ。



2. 明るいうちで読もう
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、目をたくさん使ったあとは遠くを見よう。

