

ぼけんだよい



(お家の人と読んでね!) 令和5年10月2日 常総市立豊田小学校





「10月13日はサツマイモの日!?!」

サツマイモは別名「十三里」というそうです。「栗(九里)より(四里)おいしい」ので、九十四=十三とした…など、説はいろいろあります。サツマイモは便通がよくなる、肌によい(美人になる!?)など栄養がたくさん入っています。ぜひ、食事に取り入れてみてください。

豊田小のサツマイモ、収穫が楽しみです。6年生が、一生けんめい草取りを行っています。感謝ですね♡

今月の保健目標 **目の健康について考えよう!**

私たち目をマモルンジャー

<p>まぶた</p> <p>まばたきをして、目にゴミが入るのを防いだり、目が乾燥するのを防いだりしているよ。</p> 	<p>まゆげ</p> <p>目に汗が入るのを防いだり、日差しが強いときに目元にかげを作ったりしているよ。</p> 
<p>なみだ</p> <p>目の乾燥を防いだり、目に入ったゴミを洗い流したりするよ。</p> 	<p>まつげ</p> <p>目にゴミが入るのを防いでくれるよ。</p> 

目を休めるときの20ルール

大切な目を守るために、画面を見るときルールだよ!

画面を **20** 分以上見たら、
20 フィート (6m) 離れた遠くを **20** 秒ながめる



10月15日「世界手洗いの日」



せっけんを使った正しい手洗いで世界中の子どもたちの命を守ろう!

世界では、1年間に590万人の子どもたちが5才まで生きられないそうです。その原因は、げりや肺炎などの予防できる病気です。せっけんを使った正しい手洗いはげりや肺炎の予防にとっても効果があります。せっけんを使った正しい手洗いが広まれば、こういった病気で亡くなる子どもの命を守ることができるのです。

制限のないふつうの生活に戻ったとはいえ、感染症がなくなったわけではありません。インフルエンザ注意報が出されるほど、季節に関係なくインフルエンザが流行しているそうです。いつでもどこでも、感染症対策はしっかり行ってください。



保健室日記



「がん教育講演会」
講師 茨城スピーカーバンク 鈴木 正隆 先生
6年生ががんについての正しい理解と命の大切さについて学びました。

「遊病(ゆうびょう)生活!?!」
あえて、「闘病生活」とは言わず、治療や入院生活を楽しまう!と考えたそうです。その前向きな考えや行動が、今も元気に活動している鈴木先生の原動力になっていると思います。子供たちも、その姿に勇気付けられ、命や健康の大切さを理解し、今後の生活に活かしていってくれることでしょう。
2人に1人ががんになる現在、日本はがん検診受診率が低いそうです。この機会に、ご家庭で健康について話し合い、進んで検診を受けていただくようお願いいたします。

★クイズ★ なかまはずれはどれだ?

- 本 本 本 本 本 本 本 本 本
- 本 本 本 本 本 本 本 本 本
- 本 本 本 本 本 本 本 本 本
- 本 本 本 本 本 本 本 本 本
- 本 本 本 本 本 本 本 本 本
- 本 本 本 本 本 本 本 本 本
- 本 本 本 本 本 本 本 本 本
- 本 本 本 本 本 本 本 本 本
- 本 本 本 本 本 本 本 本 本

◆インフルエンザ予防接種費用の助成について◆
〈期間〉令和5年10月1日～令和6年1月31日
〈対象〉市内在住の生後6か月～中学生
〈金額〉1回につき1000円(～13歳未満2回)
※協力医療機関で接種する場合があります。
詳しくは、チラシやHPでご確認ください。