



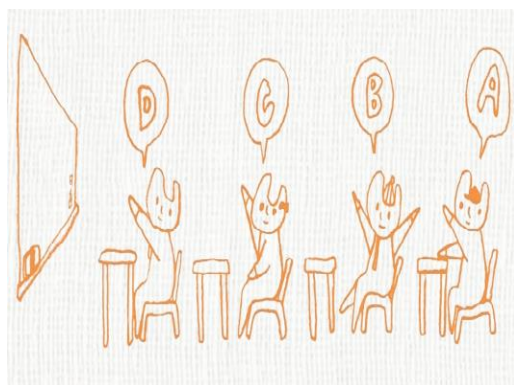
みなさん、こんにちは。テストの準備は順調ですか。

今月7日に、保健だより「すこやか9月号」を配布していますが、みなさん読みましたか。

夏休み明けに実施した視力検査の結果と今年の4月に実施した視力検査の結果を比べ、

「全体的に、Aが減って、Bが増え、Cが減って、Dが増えました。」とお伝えしましたが、その後メガネの度数を変更したり、メガネを作ったりと学校生活がより快適に過ごせるように、ケアをしていますか。

最近の研究では、外遊びの減少と視力低下の関係も指摘されています。これからの季節は日中も快適な気温になり、過ごしやすい気候になると思います。昼休みには、グラウンドで日光を浴びる時間を作るといいかもしれませんね。



### 保健室の図書について

### 見え方のABCD

- A (1.0以上): 1番後ろの席からでも、黒板の文字はよく見えています。
- B (0.7~0.9): 後ろの方でも黒板の文字はほとんど読めますが、近視の始まりのことが多く、眼科受診を勧めます。
- C (0.3~0.6): 後ろの方では黒板の文字は見え難く、近視以外の目の病気にも注意。眼科受診が必要。
- D (0.3未満): 前の方でも黒板の見え方は十分とはいえません。すぐに眼科へ。

※(社)日本眼科医会

先生が大原野中学校に来て半年が過ぎようとしています。この半年の間にたくさんの人が保健室を訪れさまざまな悩みを打ち明けてくれました。そして、その悩みを解決するためにはどうしたらいいのかを、一緒に考えました。

悩みを解決するために、人に相談することは大きな一歩になると思います。また、映画をみてヒントをもらうことや本を読んで得ることもたくさんあると思います。そこで先生は右の写真の3冊の図書を保健室に置くことにしました。

興味のある人は、保健室の扉をノックしてください。読んだ人は、感想を聞かせてくれると嬉しいです。

また、こんな本よかったよとか、この本に救われたという本があれば教えてください。



### ～保護者の方へ～

新型コロナウイルスワクチン予防接種のため、医療機関を受診される場合、また予防接種による副反応と思われる症状（発熱、頭痛など）により欠席される場合は、校長認定日となりますので、担任までお申し出ください。

