



ほけんだより

がつ ほけんもくひょう
4月の保健目標
じぶん からだ し
自分の体を知ろう

令和4年4月25日
海田町立海田西小学校 保健室

がんかけんしん し 眼科検診のお知らせ

〈日時〉

4月26日(火) 13:00~

〈順番〉

6年1組→5年1組→4年1組→3年1組
→2年1組→1年1組→1年2組

〈何を調べるの?〉

目に治りょうが必要な病気や
異常がないか調べます。

〈検診の受け方〉

①会場の入り口で、手指を消毒する。

②出席番号順に検診を受ける。

③下まぶたを軽く引っ張る。



※メガネをかけている人は、
順番を待っている間に外しておく。

めにやさしい生活をしよう



前がみが目にかかっていますか?



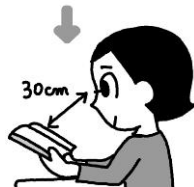
前がみは切るか、ピンでとめる。

目に何か入った時、こすっていませんか?



水を入れた洗面器の中でまばたきをする。

本やテレビとのきょりが近くないですか?



本やノートからは30cm,
テレビからは2m以上はなす。

メディア機器を長時間使っていませんか?



お家の人と、テレビやゲームの
時間やルールを決める。