

# ほけんだより 10月

2024年10月3日(木)

ひらかたしりつまさきのしょうがっこう ほけんしつ  
枚方市立牧野小学校 保健室

あつ さむ  
「暑い」から「寒い」へ  
きせつ か せつ  
季節の変わり目です



ようやく あつ さむ  
ようやく暑さが落ちつき、涼し

さが感じられるようになりました。朝・晩でとても冷える  
るときもあれば、急に気温が高くなる日もあります。

『ぬぎ着がしやすい服』ですごし、天気や気温の  
予報をこまめに<sup>み</sup>見て、急な暑さ・寒さによる体調不良  
を<sup>よぼう</sup>予防しましょう。

## ねんせい ほごしゃ みなさま 4年生の保護者の皆様へ 色覚検査について



10月末に、色覚検査  
の実施申込書をお渡し  
します。学校生活やご  
家庭で、見え方に不安  
がある場合や、将来の

進路選択における重要性から、毎年4年生と中学1  
年生を対象に実施しています。

申込終了後も実施いたしますので、検査を希望さ  
れる場合は、担任または養護教諭にご相談ください。

## あなたの つめ、のびて いませんか？

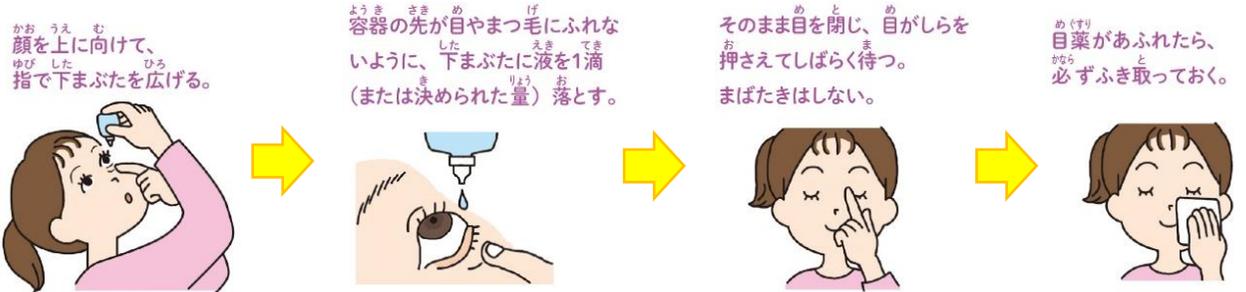


※<sup>あし</sup>足に使う爪切りは直線刃を選<sup>ぶ</sup>ぶ

爪には、指先を守ったり、力を入れる時に支  
えるなど、大切な役割があります。でも、伸び  
すぎているとけがをしやすくなります。爪の長さ  
は、手のひらのほうから指を見て、出ていない  
くらいがちょうどいいと言われています。



## じゅうがつとおかめ あいご 10月10日は目の愛護デー 目薬の正しいさしかたを知っていますか？



## ほごしゃ みなさま 保護者の皆様へ 医療費の申請書類の提出について

学校(登下校含む)で怪我をして、医療機関を受診した場合、  
災害給付の申請対象となります。

申請を希望される場合や『なにかから手を付け  
ていいかまったくわからない!』など、ご不明な点  
がある場合も、お気軽に養護教諭 松宮におたず  
ねください。



## お待ちしております

