



れいわ ねん がつ  
令和7年10月  
おおてしょうがっこう ほけんしつ  
大手小学校 保健室  
が づ ほけんもくひょう  
【10月の保健目標】  
め たいせつ  
目を大切にしよう

が づ とおか め あいご  
10月10日は目の愛護デーです。普段、周りの物や景色が見えているのが当たり前ですが、

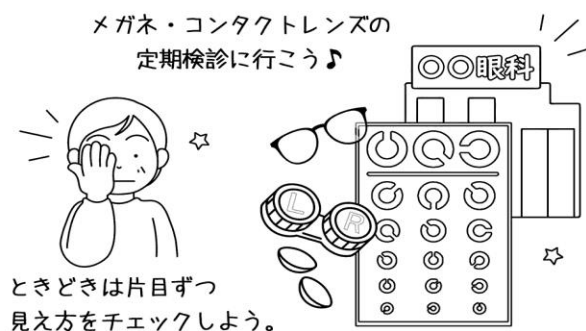
め  
目があるからこそ、いろんな物が見えているのです。そんな目をこれからも大切にしていきたいと思います。

ほけんしつ にん て あて め け が らいしつ じどう おお め せんさい たいせつ  
保健室でだけが人の手当てをしていると、目の怪我で来室する児童も多くいます。目には繊細で大切な

しんけい おお いりようきかん けんさ ねが  
神経が多いため、すぐに医療機関で検査をしてもらうようお願いしています。

め け が のちのち しょうじょう で けいか かんさつ たいせつ  
目の怪我は後々、症状が出てくることもあり、経過の観察が大切です。

み かた か  
見え方に変わりはありませんか？  
てい き てき  
定期的にチェックしましょう。



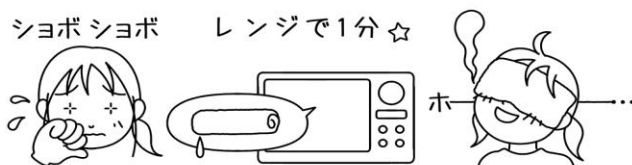
スマホ、ゲーム、夢中になるのもわかるけど、  
たまには遠くをながめて休憩を！



目の愛護デー 目にやさしい生活を！



め 目がズキズキ痛い、充血している  
め 目のまわりが熱っぽいときは  
つめ 冷たいタオルで目を冷やしてあげましょう。



め 目がかわく、ショボショボする…  
そんなときは、ぬらしたタオルをレンジでチン！  
む 蒸したタオルで目を温めてあげましょう。