

令和7年度 学校保健委員会を開催しました。

令和7年10月2日(木)に学校保健委員会を開催しました。今年度は学校公開日と同日での開催となったため、保護者や児童・教職員等多くの方々にご参加いただくことができました。

今年度は、学校眼科医のフジタ二眼科 藤谷周子先生を講師にお招きし、「子供の近視とその予防」をテーマにご講話いただきました。講話を通して、子どもの近視の現状や治療、近視は将来目の病気になる可能性が高いこと、視力は3歳までに急速に発達し6～8歳でほぼ完成すること、低年齢時に近視を予防することが大切であること、外遊びなど日常生活で屋外活動を取り入れることが大切であること、「30-30-30の法則(30cm以上離す・30分に一回30秒以上休憩する)」等たくさんのことを学ぶことができました。



ご参加くださいました保護者の皆様、ありがとうございました。子どもたちの健康の保持増進につながる会ですので、来年度も、たくさんの保護者の方にご参加いただけますと幸いです。



参加者の感想を紹介します

- ・子どもと一緒に聞くことで「先生が言っていたからやってみよう！」と家族で会話がしやすいきっかけになりました。
- ・「30-30-30」を意識して取り入れてみようと思います。
- ・子どもの視力低下の進行の早さに焦りを感じました。早々にメガネは少し抵抗がありましたが、早めに眼科を受診したいと思います。
- ・近視・遠視・乱視の仕組みを説明してくだり、わかりやすくとても勉強になりました。
- ・子どもが近視の治療中なので一緒に聞けて良かったです。
- ・近視は遺伝も影響するとのことなので親子で聞けて良かったです。
- ・外遊びが近視予防になるのは知らなかったので、知れて良かったです。外遊びの時間を増やそうと思います。
- ・近視進行抑制剤があるということは知らなかったので知られて良かったです。
- ・現在かかっている眼科で「メガネは様子見」となっているので改めて相談してみようと思います。
- ・「近視は止められない」ということが残念なことでした。
- ・ゲームやテレビ・動画等は1日1時間とルールを設け、うまく付き合っていきたいと思っています。

4年生 色覚検査を実施しました。

4年生の希望者を対象に、色覚検査を実施しました。「色覚検査結果のお知らせ」用紙を配付いたしましたので、ご確認をお願いいたします。

学校での色覚検査は、スクリーニング検査であり、診断ではありません。色覚異常がなくても、検査の不慣れや心因性視覚障害などでも誤答することがあります。また今回の検査では、「異常なし」の結果の場合でも、色の見え方に気になる点がある場合等は、眼科受診をお願いできればと思います。

配付物について、ご不明な点等がありましたら、養護教諭までお問い合わせください。



〈10月10日は目の愛護デー〉

中央小にいる裸眼視力1.0未満の人は何人…？（4月の視力検査の結果より）

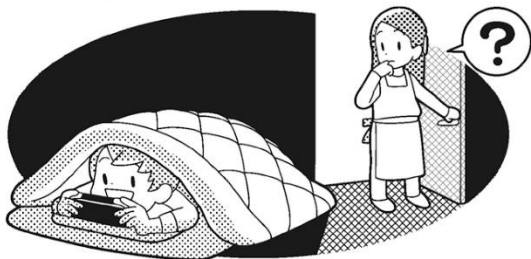
メガネやコンタクトを使わずに検査をした結果、健康カードに「B」「C」「D」と書いてあった人

学年別

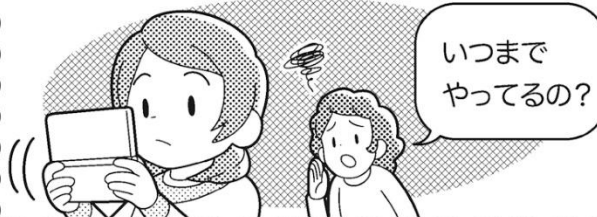
1年生	10人（19%）	4年生	23人（33%）
2年生	24人（43%）	5年生	23人（40%）
3年生	19人（39%）	6年生	23人（47%）

視力低下を招く、こんな行動をしていませんか？

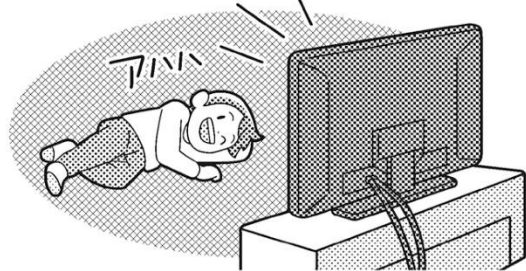
布団の中でゲームをしている



時間を決めずにゲームをしたりテレビを見たりしている



寝転んでテレビを見ている



前髪が長く、目にかかっている



視力が低下している子どもが多くなっています。ゲームをしたりテレビを見たりするときは、明るい部屋で、時間を決めてするようにして、目の健康を守りましょう。