

朝夕は涼しくなりました。

10月10日の運動会に向けて、練習がたけなわです。今年はいつよりも、短縮した形での開催になりますが、児童たちは、はりきって臨んでいます。練習が始まり「筋肉痛」を訴える児童が例年より倍増しています。コロナ自粛であまり外で遊べなかった日々をすごし、体を動かしたかったのだらうなあと、思います。対策をしながらの練習ですが、本番に向けて体調をくずさないよう気をつけていきたいです。



当日は穏やかな天気になりますように！

さて、10月は目の愛護月間です・・・目について考える月になります。保健室前の目に関する掲示物もみてくださいね！（近いうちに掲示します）

コロナウイルス 目も入口？

口や鼻を入口に体の中へ入ってくる、新型コロナウイルス。目からも入る可能性があるのを知っていますか？

感染している人のせきやくしゃみのしぶきに含まれるウイルスが目や鼻の表面についたり、ウイルスのついた手で目を触ったりすると体の中に入ってくるかもしれないのです。そこで大切なのは、やっぱり石けんによる十分な手洗いです。

目からもコロナウイルスが侵入してしまうなんて、びっくり。油断できません！防ぐには、やっぱり手洗いです！引き続き、手洗いを頑張っていきましょうね！

10月15日は「世界手洗いの日」

どうして手洗いは大切なの？

ドアノブや手すり、机やスイッチなど、みんながさわるところには見えないバイキンがたくさん！



手についたバイキンは、口や鼻、目などから体の中に入って、悪さをします。体を守ろうとする力が弱まっていると、カゼをひいたり病気になったりします。

だから、手洗い。石けんを使って、つめの間、手の甲、指の間、手首までしっかり洗おう。



手を洗ったあとは、きれいなタオルでふいてね

つかれをのこさない、秋にしていましょ！