





だい かいがっこう ほけん いんかい かいさい

# 第2回学校保健委員会を開催しました



12月13日(金)の5・6時間目に体育館で5・6年生対象に学校保健委員会を行いました。テーマは「目を大切にしよう」です。目は一生使う大切な体の一部です。ぜひ、目の見え方や動きなど目の健康について考えてみてください。

最初に、保健委員会の児童より、「目に関するアンケート」の結果発表がありました。次に講師の先生方にお話しをしていただきました。講師の先生は「めがねのZoff」より島崎先生・中村先生でした。目に関するクイズや目の体操の仕方など5・6年生のみなさんはとても楽しそうに目の健康について理解したり考えたりすることができていました。

## 学校保健委員会の様子

目に関するクイズの様子



目の体操の様子



## 目、疲れてないかな?

めがかすむ

めが充血する

目が乾く

まぶたがぴくぴくする

目の奥が痛い

こんな症状があったら、目が疲れているサイン。  
早めに寝て、目をゆっくり休ませましょう。