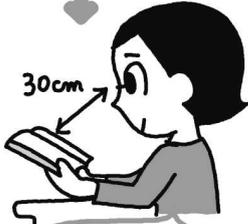


★10月10日は、めのあいごデーです。

目にやさしい生活をしよう

<p>め 目にかかっていませんか？</p>	<p>こすっていませんか？</p>	<p>ちか 近づきませんか？</p>	<p>ちょうじかん 長時間になっていませんか？</p>
			
<p>まえがみ き 前髪は切るか、 ピンでとめる</p>	<p>ほい ゴミが入ったときは、 みず い せんめんぎ 水を入れた洗面器の なか なか 中でまばたきをする</p>	<p>ほん 本やノートから いじょう 目を30cm以上 はなす</p>	<p>テレビやゲームは じかん き 時間を決め、それ いじょう 以上はやめる</p>

なみだのやくわり

<p>ゴミやほこりをあらいながす</p>	<p>えいよう やさん そを ほこが</p>	<p>ばいきん を やっつける</p>	<p>かんそう を ふせぐ</p>
			

★気温の変化により、体調を崩している児童が増えてきています。気温にあわせた服装や、早寝早起き・朝ごはんをしっかり身につけ、手洗いもしっかりしましょう。ハンカチを忘れる児童が多くなっています。必ずポケットにいれておきましょう。

身につけよう！ 手洗い習慣

～感染症予防の基本～

			
<p>がいしゆつ もど 外出から戻ったとき</p>	<p>い あと トイレに行った後</p>	<p>ちようり しよくじ まえ 調理・食事の前</p>	<p>せき あと くしゃみや咳をした後</p>