



ほけんだより

10月



札幌市立日章中学校
2024年10月2日
NO.11

10月になり、夕暮れが早くなってきました。

夕方の薄暗い時間を「黄昏^{たそがれ}」といいます。別名を「逢魔^{あうま}が時^{とき}」とも言います。すれ違う人の顔も見えない薄暗がりでは、「魔」(悪いこと)にあうことも多いということでしょう。

帰り道、事故には十分気をつけて。

10月10日は目の愛護デー

黒板の字 読めるかな？



A : 1.0以上
一番うしろから
でも黒板の字が
見える

B : 0.7~0.9
まん中よりうし
ろで、ほとんど
見えるが小さな
字は見えにくい

C : 0.3~0.6
まん中より前
でも、小さな文字
は半分くらいし
か見えない

D : 0.2以下
一番前でも、メ
ガネやコンタク
トレンズがなけ
ればはっきり見
えない



視力が下がったときは・・・

専門医による正しい判断が必要です

学校では、視力が下がったとき、眼科を受診するようおすすめしています。

視力低下=近視と考えがちですが、これは大きな間違いです。

視力が下がる原因は、近視だけでなく遠視や乱視のときもありますし、目の病気が原因という場合もあります。

- 1 単なる近視なのか
- 2 遠視や乱視はないのか
- 3 眼鏡が必要な状態なのか
- 4 目の病気はないのか

などについて、眼科を受診し、治療や指導を受けることが大切です。

1学期に実施した視力検査で検査結果がB以下の人には「結果のお知らせ」を5月にお渡ししています。結果などについて不明な事がある場合は、保健室へお知らせください。

