

ほけんだより

札幌市立新川小学校 保健室

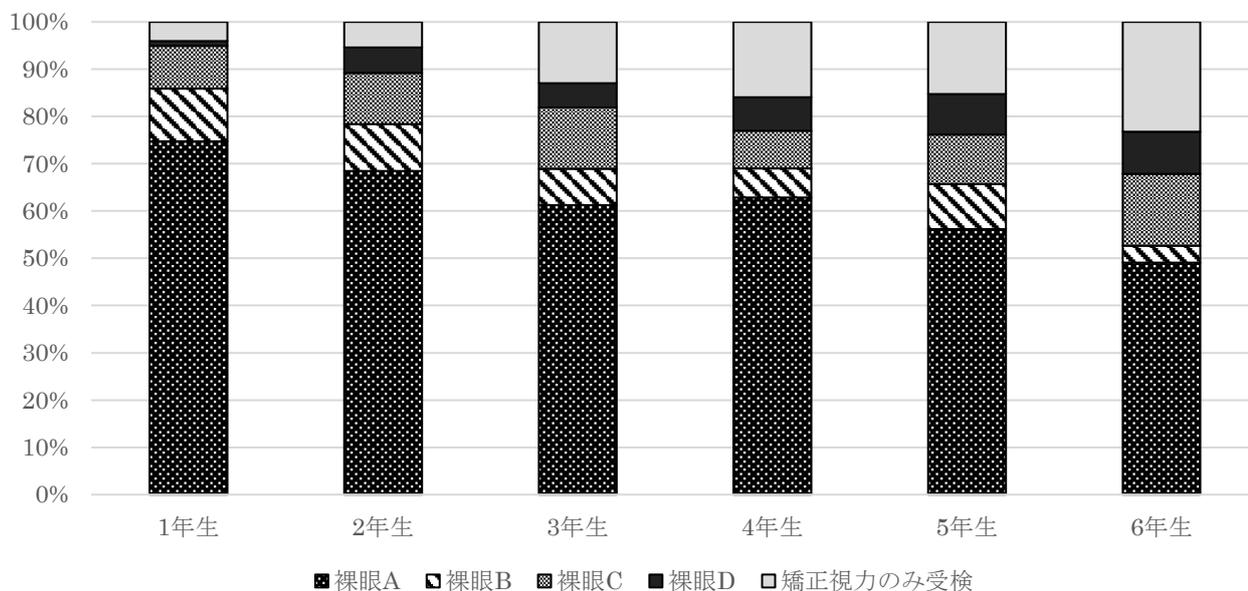
令和4年
(2022年)
10月3日
NO. 7

10月10日は



今年度の新川小の視力検査結果です。裸眼視力 1.0 未満の児童は全体で 38.1%という結果でした。過去の新川小の結果を見ると、5年前は 31.3%、10年前は 28.5%と年々視力が悪い児童が増えてきています。全国的にも同じ傾向があり、全国調査でも平成 10 年度 26.3%、平成 20 年度 29.9%、令和元年度 34.5%が裸眼視力 1.0 未満になっています。

令和4年度 新川小視力検査結果



勉強読書のとき

正しい
姿勢で



適度な
明るさで



本に近づき
すぎている
いかな？



大切な  を守るために

メディアを使うとき

時間を決
めて使う



こまめに
休憩する



まばたきの
回数が
減っていない
いかな？



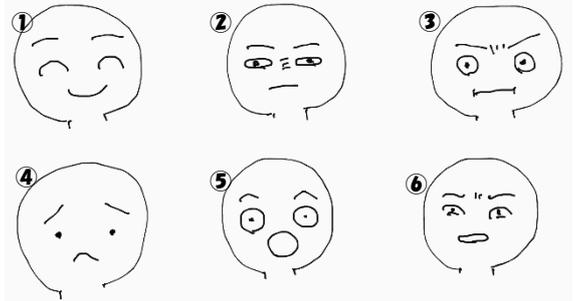
マスク生活が長くなっていますが・・・

マスク着用時の表情のポイント！

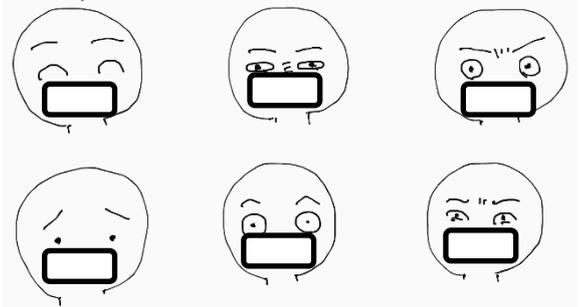


人の表情には以下のような、万国共通の典型的な動きがあるそうです。

- ①幸福：頬が引き上げられる+口角が引き上げられる（マスク時のポイント：三日月型の目）
- ②嫌悪：鼻の周りにしわが寄せられる/上唇が引き上げられる（マスク時のポイント：横長に細められた目と鼻の横じわ）
- ③怒り：眉が内側に寄せられる+上瞼が引き上げられる+下瞼に力がこめられる+下瞼に力がこめられる+唇が上下からプレスされる/唇に力を入れられながら口が開かれる（マスク時のポイント：眉間のしわ、逆八の字型の眉、見開かれた目）
- ④悲しみ：眉の内側が引き上げられる+口角が引き下げられる+下唇が引き上げられる（マスク時のポイント：八の字型の眉）
- ⑤驚き：眉が引き上げられる+上瞼が引き上げられる+口が開かれる（マスク時のポイント：弧を描く眉と見開かれた目）
- ⑥恐怖：眉が引き上げられる+眉が内側に寄せられる+上瞼が引き上げられる+下瞼に力がこめられる+唇が水平にひかれる（マスク時のポイント：平たい眉と見開かれた目）



マスクをつけてみると・・・



マスク着用時の表情観察について行った実験によると、マスクは表情認識を阻害し、子どもの年齢が低いほどこの影響は大きいということがわかっています。マスク着用時の子どもとのコミュニケーションをとるときは、普段よりも表情を大きく動かしたり、身振り手振りをういながら分かりやすい表現をすることが重要です。

表情がどれだけ顔にできるかは人それぞれですので、顔の半分が隠れている状態で相手の表情を読み取るには訓練が必要になるそうです。自分の感情を伝えたいとき、相手の感情を読み取りたいときは、マスク着用時のポイントを意識してみてください。コミュニケーションの一助になればと思います。

参考：「健 2022年10月号：日本学校保健研修社」



10/15は
世界手洗いの日

手を洗う タイミングは？

- ・食事の前
- ・外から帰ったとき
- ・トイレのあと
- ・くしゃみをしたとき



持っているかな？



清潔なハンカチ

新川小の子どもたちは、毎日とっても頑張って手洗いしています。ご家庭でも、清潔なハンカチの準備をお願いいたします。