

# わかば

## 10月10日は目の愛護デー

目の愛護デーの歴史は古く、はじまりは、1931（昭和6）年に10月10日を「視力保存デー」と定めたのが始まりです。そして1947（昭和22）年に「目の愛護デー」と決めました。10月10日は、10.10を横にすると、人の顔の目と眉に見えるからだそうです。



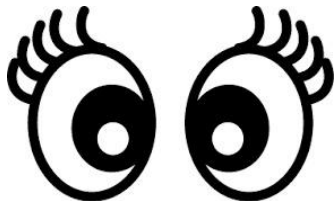
みなさんもこれを機会に、目の健康について考えてみてはいかがでしょうか？

視力の低下を放置していませんか。よく見えないままでは、目が疲れやすく、頭痛や肩こりの原因になります。また、階段を踏み外したり、人や物にぶつかったり、思わぬ事故にも遭いやすくなります。

さらに、学習能率が悪くなるそうで、児童生徒にとってはとても深刻な問題を引き起こします。見え方が気になる様子が見られたら、早めに眼科を受診して適切なアドバイスを受けるとよいそうです。

### コンタクトレンズの使用について

また、コンタクトについて、すでに使っている人・そろそろコンタクトにしようと考えている人ですが、「メガネが嫌だから」「カッコいいから」などの安易な理由だけでコンタクトレンズを使うのは危険です。



- レンズを触る前には、かならず石けんを使い手を洗う。
- レンズは指で丁寧にこすり洗いをするなど、きちんと管理する。
- 定期的に眼科を受診し、目に異常がないかチェックしてもらう。
- 目に異常を感じたらすぐに使用を中止する。

といった、コンタクトレンズを使う場合の約束がおろそかになってしまいやすいからです。

「コンタクトレンズを入れることは、少なからず目の負担になる刺激がある。目のためには無いに越したことはない。」と眼科の先生も言っています。コンタクトレンズが自分の生活に本当に必要かどうか、冷静に考えて、慎重に選ぶようにしましょう。

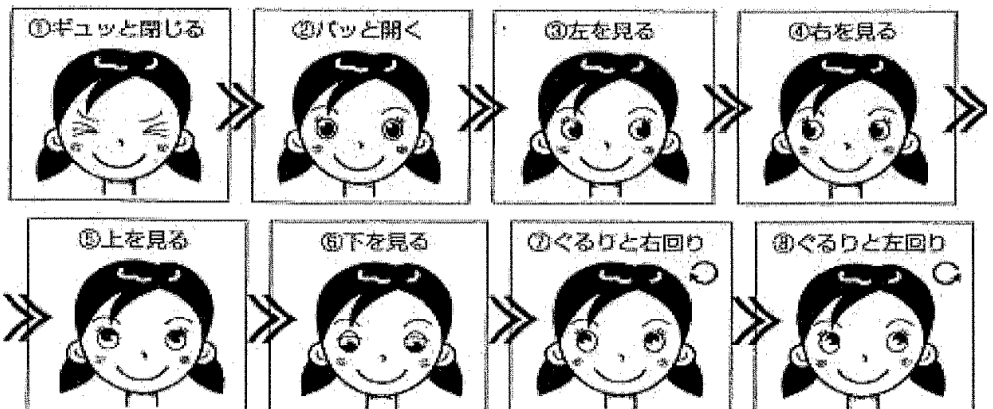
### コンタクトレンズのメリット・デメリット

- スポーツの時に邪魔にならない。
- 左右の度数差が大きい場合、メガネに比べ違和感が少ない。
- レンズが目と直接触れるため、様々な目の障害が起きやすい。
- 目にゴミが入りやすい場所、乾燥する場所などでの使用には適さない。



### 目の体操を やってみよう！

次の①～⑩を数回繰り返す。  
眼球をゆっくり、大きく動かすようにしてみよう！



# 児童生徒の作品

やまなしを学習して

6年2組

林

さつき

宮沢賢治の生まれた所はいろんな災害があった。  
やまなしが落ちるといふみは、人が死んでいくのと同じだと思う。  
だから、私は、宮沢賢治はそう思って題名を「やまなし」にしたんだと思う。

やまなしを学習して

6年2組

奥

田 智 大

ぼくは、賢治が「やまなし」に賢治が生まれてから死ぬまでに起きた災害で死んだ五万人もの人が亡くなったことを思いながら書いた作品だと思う。  
なぜなら、クラムボンや魚ややまなしが一生を終えているからだ。

日本で思ったこと、感じたこと

5年1組

黒

堀 紗 加

私が日本へ行って思ったこと、感じたことは、日本の夏とアメリカの夏はちがうということです。その理由は三つあります。

一つ目は、日本の風流です。日本には独特の風流があります。風りん、すだれなどで暑さをしのぎます。アメリカでの夏に「何かがたりない。」とっていました。そして、日本に帰ってきてわかりました。それはセミでした。私はこのとき、「アメリカに、セミはいないのか。」とと思いました。

二つ目は、毎日の暑さです。日本かアメリカか、どちらが暑いかというと、きっと日本だと思います。なぜなら、日本の夏はしつ気が多く、少しじめじめしています。それに対してアメリカの夏はしつ気がなく、じめじめとしていません。

三つ目は、お祭りです。日本はお祭りがとても多いです。アメリカではあまりたくさんは、お祭りをしません。でも私はほとんど毎年、夏祭りに行っていました。

私は、日本の夏もアメリカの夏もどちらも好きです。次に日本へ帰る時は、夏祭りに行きたいと思いました。

うずらがいない

2年2組

ヤ

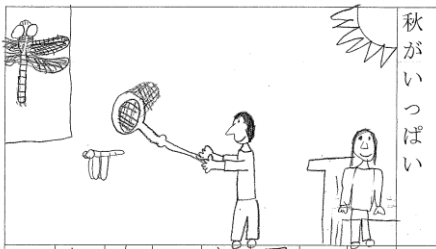
ン グ 瑠 奈

わたしは、うずらをいっぱいかっています。せんしゅうおうちにかえったら、おとうさんが「あさ大きい鳥が、一わのうずらをとってにげた。」と、いいました。たまごからそだてたのだから、とってもかなしかったです。おそとにケージがあったから、ちょっとかんたんにうずらをとられたみたいです。  
まだ、二わみつかっていないので、もし見たらしらせてください。

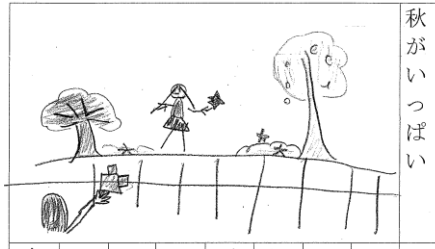
2年2組 小峰 脩介

2年2組 小林 笑裡

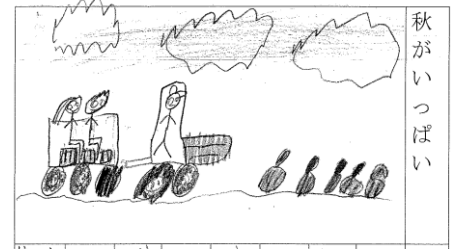
2年2組 川口 大輔



秋がいっぱい



秋がいっぱい



秋がいっぱい

なまえ小峰脩介  
赤とんぼ  
ぼくは、赤とんぼを  
見ると秋だと思  
います。ぼくは、赤とん  
ぼを見るとつかま  
えたくてつかま  
えようとして  
います。ぼくは、  
たかりぐら  
いつかまえたこ  
とがあります。

なまえ小林笑裡  
もみじ  
わたしは、もみじの  
木を見るとき秋を  
かんじます。いつも  
秋になつたう、  
とりに行きま  
す。あかあ  
んは、しゃん  
ちをとります。  
こそたのしい  
です。

なまえ川口大輔  
かまぢや  
ぼくは、パン  
キン、ハッチ  
へ、いくと、  
秋をかん  
います。  
あそぶとこ  
ろ、か、い  
っぱい  
で、たのし  
い。トラク  
ター  
も、のり  
が、たの  
しい。い  
ろいろな  
はし  
ま  
す。