

ほけんだより

常総市立飯沼小学校

令和8年10月1日発行



10月10日は



休みなく毎日働いてくれる
目。大切にしていますか？
10月上旬に2回目の視力
検査を予定しています。眼鏡を
かけている人は忘れないように
してください。

つかめ 疲れた目にパワーをチャージ

目がかすんだり、しょぼしょぼしたりするのは目が疲れている合図。
目の疲れを軽くする方法が4つあるよ。



もうすぐ運動会



運動会に向けて練習が始まりました。元気に活躍できるように
「早寝早起き朝ごはん」を守って、体調を整えましょう。また、
靴のサイズは合っていますか？チェックしてみよう。

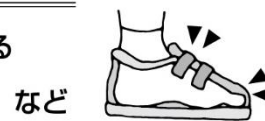
江戸時代の宅配便「飛脚」は、東京から京都まで約500kmを
わずか数日で走りました。

その秘密は薄いわらじを履くこと。わらじは、足の指で地面
をしっかりと掴み、足本来の力を引き出す仕組みなのです。

現代の靴は足を優しく守ってくれますが、サイズが合っていないと、足の指が
うまく使えず、本来の力が発揮できません。自分の足に合う靴を選びましょう。

靴選びのポイント

- ☒ つま先の部分に少し余裕がある
- ☒ 甲が密着する



●●● 保護者の方へ 常総市からの連絡です ●●●

常総市小児インフルエンザ予防接種費用の助成について

【助成期間】令和8年10月1日～令和9年1月31日 まで

【助成対象】常総市在住の生後6か月～中学生

【助成額】1回の接種につき1,000円

【助成回数】生後6か月～13歳未満 …2回

13歳～中学3年生 …1回

※助成は、常総市協力医療機関で接種した場合に限ります。

※予診票は協力医療機関にあります。

◇詳しくは、市ホームページをご覧ください。



市ホームページ

https://www.city.joso.lg.jp/kurashi_gyousei/kurashi/kosodate_hoiku/maternal_child_health/child_vaccination/page004378.html

