

# すこやか

ポルトガル語版 Informativo da  
Enfermaria da Escola Primária Kumozu  
Segunda, 30 de setembro de 2024  
No. 14

Entramos em setembro e até que enfim as manhãs e tardes ficaram mais frescas como no outono. Na hora das crianças irem à escola está fresquinho e na parte da tarde fica quente. Procuremos usar roupas fáceis de vestir na hora que sente frio e de tirar na hora que sente calor. E tomemos cuidado para não ficar com indisposição física ou pegar um resfriado devido a diferença de temperatura.

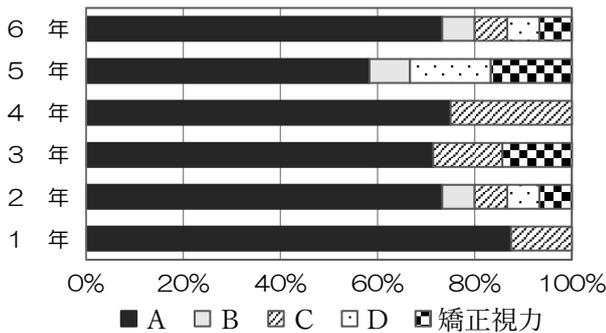


## Como prevenção de miopia ,brinquemos ao ar livre ! Se sentir que os olhos estão estranhos ?Vá logo ao oftalmologista!

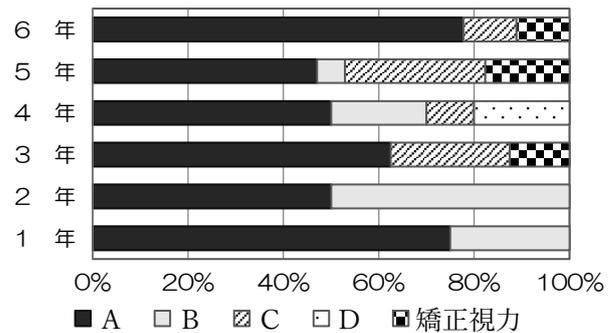
Dia 10 de outubro é dia de proteção aos olhos .Será que está vivendo de forma a ser cuidadoso com os olhos?O gráfico de baixo é o resultado do exame de vista de abril da Escola Primária Kumozu.33.6% Das crianças tem visão abaixo de 1.0 (incluindo crianças com visão corrigida)dentre elas (27.5% são meninos e 41.1% são meninas) .Temos mais meninas do que meninos que tem visão baixa.Nestes últimos anos ,dizem que [Ao acostumar-se a tomar banho de sol ao ar livre ,não só estará aumentando a resistência física como poderá estar prevenindo-se contra a miopia].Devido ao fato de que os meninos brincam mais ao ar livre comparado com as meninas o índice de miopia é menor.Seria muito bom ,se ao mesmo tempo que diminuirmos as horas de games e de celulares aumentassem as horas que brincam ao ar livre .

Além disso, temos tido o aumento de crianças de séries maiores com miopia e também a diminuição do grau de visão das crianças de séries menores que são preocupantes.Diz-se que a função da visão da criança torna-se igual a de um adulto com 8 anos de idade e que principalmente até os 6 anos de idade é uma época muito importante para a formação da visão da criança. Se durante esta época a criança sentir dificuldade de enxergar ,irá ficar com maior dificuldade de enxergar ainda e mesmo usando óculos ou lentes de contato não conseguirá enxergar direito criando uma visão muito fraca.No caso de sentir que a visão está ficando fraca ,deve-se consultar um oftalmologista o quanto antes possível. (★Por favor leia a carta do ministério da educação,cultura ,desporto ,ciência e tecnologia )

4月視力検査結果 (男子)



4月視力検査結果 (女子)



## ◆Iremos realizar o exame de vista

Data/Aula	1ª	2ª	3ª	4ª	5ª
Terça 1/10	1ª A	4ª A		6ª A	3ª A
Quarta 2/10			5ª A	2ª A	



★O resultado do exame de vista será impresso e entregue posteriormente à todos os alunos.

★Aqueles que estão com a visão abaixo de 1.0 com correção ou sem correção (B • C • D) ou este ano ainda não consultaram o oftalmologista ou tiveram uma repentina redução do grau de visão ,por favor consultar um especialista da área.