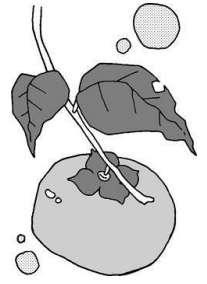


ほけんだより

すこやか

10月



H27. 10. 2

精華西中学校

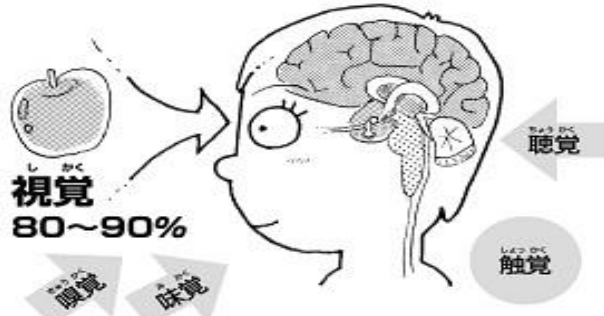
10月に入り、朝や夜は涼しく、急に秋らしくなりました。
からだ慣れず、体調を崩す人がいるようです。のどの痛みや
頭痛などおかしいなと思ったら、早めに休むようにしましょう。

日	曜日	主な予定
1	木	駅伝部心臓検診 3年実力テスト
2	金	駅伝部心臓検診
3	土	相楽秋季新人大会
4	日	相楽秋季新人大会
5	月	放課後学習会
6	火	
7	水	合唱練習開始 生徒会改選
8	木	PTA 文化交流会 PM
9	金	1学期前半終了全校集会
10	土	
11	日	相楽新人大会予備日
12	月	体育の日
13	火	2学期始業式 身体測定
14	水	
15	木	
16	金	
17	土	薬と健康の週間(～23日)
18	日	
19	月	エコの日
20	火	フォレストなかよし運動会
21	水	検尿①
22	木	検尿②
23	金	文化発表会
24	土	
25	日	
26	月	教育相談①
27	火	教育相談②
28	水	教育相談③
29	木	教育相談④
30	金	教育相談⑤進路学習② 検尿未提出者
31	土	



目は脳の一部です

人間は目だけで「見る」ことはできません。目が感知するのは「光」でしかなく、その光の様々な情報を脳で画像処理をして、はじめて「見た」ということになります。視覚・聴覚・味覚・嗅覚・触覚の5つの感覚の中で、人間は主に視覚から情報を得ています。その割合はなんと約80～90%にもおよびます。



夢中になると、少なくなるのは

ゲームに夢中になっていると、あることの回数が少なくなります。それは、何でしょう？ **ヒント**

- ★ぶつづは1分間に15～20回くらい。
- ★閉じたり、開いたりします。
- ★目を守る役目があります。

こたえは「まばたき」。まばたきには、目の表面をきれいにし、ホコリや病気から守る働きがあります。ゲームをした後、目がショボショボするのは、目が疲れているというサインなのです。

ゲームは、1日合計1時間まで。あなたの目を守る、大切な約束です。

薬と健康の週間
(10月17～23日)
薬には症状を改善する効果がありますが、飲み方や使い方を守らないと、からだに害を及ぼすこともあります。医薬品を正しく使用する事の大切さを知る事が大切です。