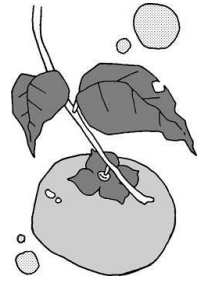


ほけんだより

すこやか

10月



H27. 10.

精華西中学校

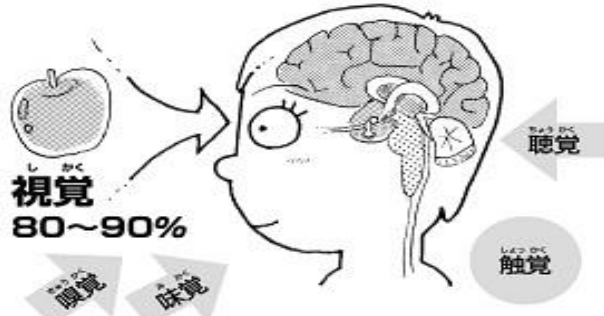
10月に入り、朝や夜は涼しく、急に秋らしくなりました。
からだ慣れず、体調を崩す人がいるようです。のどの痛みや
頭痛などおかしいと思ったら、早めに休むようにしましょう。

日	曜日	主な予定
1	土	3年実力テスト
2	日	相楽秋季新人大会
3	月	相楽秋季新人大会
4	火	3年実力テスト
5	水	生徒会改選
6	木	放課後学習会 部活動なし
7	金	1学期終業式全校集会
8	土	
9	日	
10	月	体育の日
11	火	2学期始業式 身体測定
12	水	
13	木	
14	金	
15	土	
16	日	
17	月	合唱練習開始 薬と健康の週間(~23日)
18	火	検尿①
19	水	検尿②
20	木	検尿予備
21	金	生徒会一斉委員会
22	土	
23	日	
24	月	
25	火	
26	水	2年府学力診断テスト
27	木	検尿未提出者回収
28	金	
29	土	20周年記念行事・文化発表会
30	日	
31	月	代休



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事です。