ほけんだより 3月

令和７年３月
小山市立絹義務教育学校
前期課程　保健室

春らしいやわらかな日差しになってきましね。花のつぼみがふくらみ、虫たちが活動を始める時期です。

この１年はなんだかとっても早かったなと感じませんか？「出来事の多さが時間の感覚を変える」と言われています。イベントがたくさんあると長く感じ、毎日同じことの繰り返しだとあっという間に過ぎたと感じるそうです。まだまだウイルスとの戦いは続きそうですが新しい学年は充実した１年になりますように。

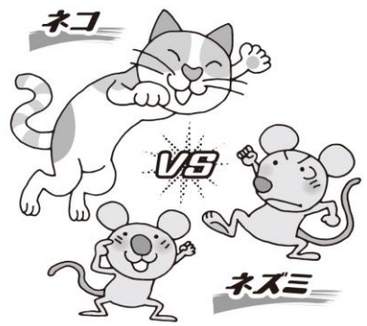
ありがとうの効果

「ありがとう」と口に出していますか。この言葉には言った人にとっても、言われた人にとっても、良い効果がたくさんあることがわかってきました。

感謝の言葉を口にして、自分も周りの人もすてきな１日を過ごせるようにしましょう。

？どっち？

Q 心臓の音 速いのは？

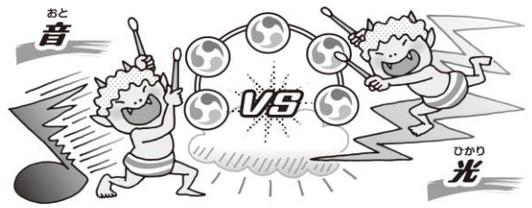


ネコの脈拍は、種類にもよりますが１分間に100～160程度。ハツカネズミの心臓は１分間になんと600～700回も脈を打ちます。

みなさんの心臓はどのくらいの速さでしょうか。１分で脈を測ってみましょう。

正解：ネズミ

Q 雷の音と光 先に届くのは？



音は１秒あたり340メートル、光は１秒間に30万キロメートルも進みます。光った後、音が遅れて聞こえてきますよね。

雷を見かけたらその差を感じてみたくなるかもしれませんが、まずは安全な屋内に避難しましょう。

正解：光

Q 音の高さより高いのは？

音の大きさで差がわかりづらいかも。じつは音の高さも飛行機のほうが上。音は空気の振動てす。その振動数が多いとより高い音になります。

音の高さはヘルツという単位て示されます。聴力検査ではこのヘルツが異なる音をいくつか聞いてもらっています。聴力検査の際は注意して聞いてみてくださいね。

正解：飛行機

耳を澄まして聞こえに注目してみると、新しい発見があるかもしれませんよ。

保健室1年間の記録

この１年間で保健室にお世話になったことはあったかな？

けがでは、校庭で転んでしまったり、頭をぶつけてしまったりした人が多かったです。

新しい学年になったら、歩いて移動する、まわりをよく見るなど落ち着いて行動ができると、きっとけがが少なくなりますよ。

集計期間：4/8～2/28