

ほけんだより 3月

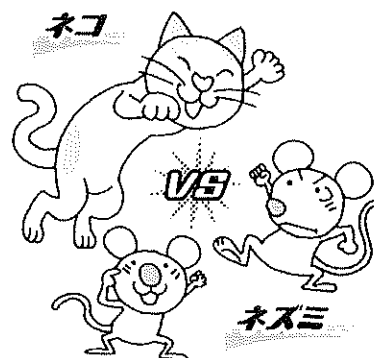
3月号 R7. 3. 6
銚子西中 保健室

新年度まであと少し。たくさんの思い出が詰まった一年間も締めくくりの時期です。この一年を振り返って、何が一番に思い浮かびましたか？楽しかったのはどんなことでしょうか。3月9日はサンキューの日。もし今、心の中に「お世話になった」「嬉しいことをしてくれたな」という人が浮かんだら、クラスや学校が離れてしまう前に気持ちを伝えておきたいですね。

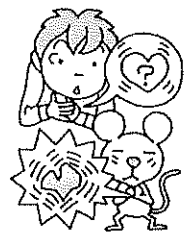
1年間の生活を振り返ろう



Q 心臓の音 速いのは？

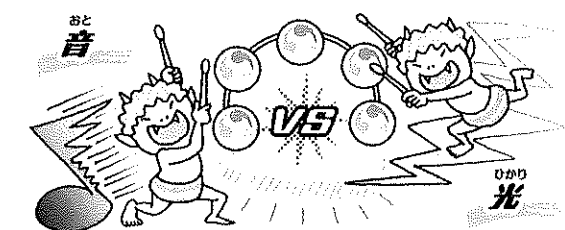


ネ コの脈拍は、種類にもよりますが1分間に100～160程度。ハツカネズミの心臓は1分間になんと600～700回も脈を打ちます。みなさんの心臓はどのくらいの速さでしょうか。1分て脈を測ってみましょう。



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？



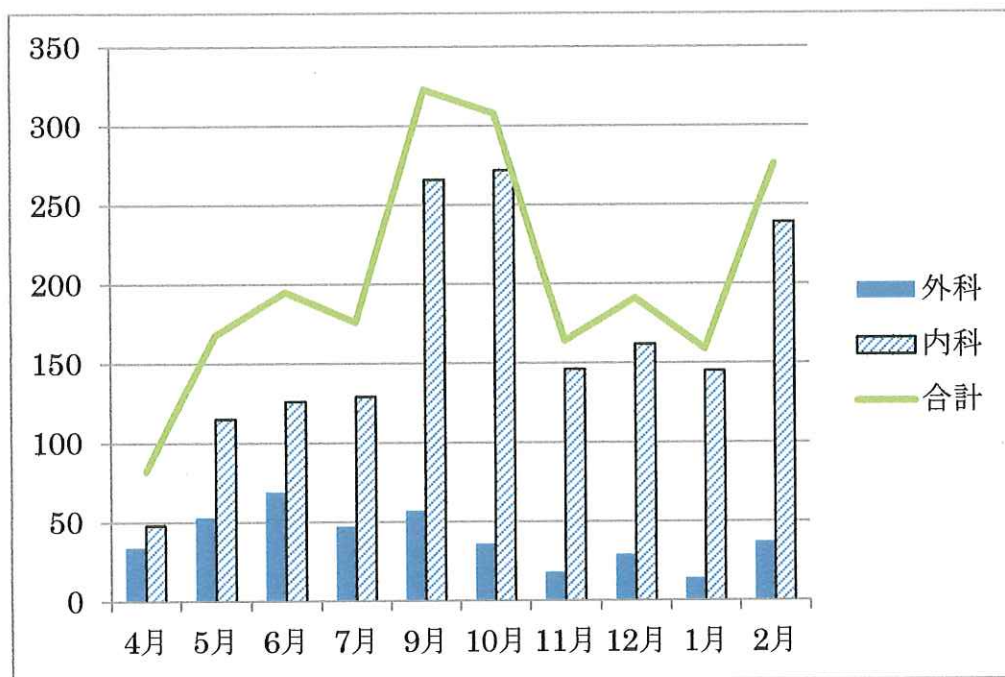
音 の大きさが差がわかりづらいかも。じつは音の高さも飛行機のほうが上。音は空気の振動です。その振動数が多いとより高い音になります。

音の高さはヘルツという単位で示されます。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。)))



昨年度の来室者は1415人でしたので、大幅に増えました。外科は体育祭や支部総体のある夏にピークを迎え、冬に向かって減っていきました。内科は9月、10月、2月に多く、インフルエンザ流行の影響が大きかったと思われます。「頭痛」は心理的な要素も大きかったようです。ストレスをため込まないようにしましょう。



悩みがあったら相談してね ～電話相談～

○24時間子供 SOS ダイヤル（全国共通） ☎0120-0-78310

○千葉県子どもと親のサポートセンター（24時間） ☎0120-415-446

○千葉いのちの電話（24時間） ☎043-227-3900