

ほけんだよい

平成22年3月12日 南部小学校 保健室

朝夕の寒さと日中の暖かさ、「春もそこまできているなあ」と感じる季節です。卒業式まであとわずか、みな元気に一年をしめくくれるよう、自分で体調をととのえましょう。



☆6年生のみなさん

いよいよ中学生・卒業おめでとう!

6年間の成長の記録を作りました。

6年間の身長のおびは

平均 34.6 cm、

体重の増加は

平均 22.0 kgでした

中学校での成長も楽しみですね。男子はますますがっしりした体つきになっていきます。たくさん運動し、心も体もきたえてね。女子はむだなダイエットなどせず、しっかり食べ、丈夫な心と体をつくりましょう!

中学校での活躍を応援しています!

耳の役割

こんなことをしています

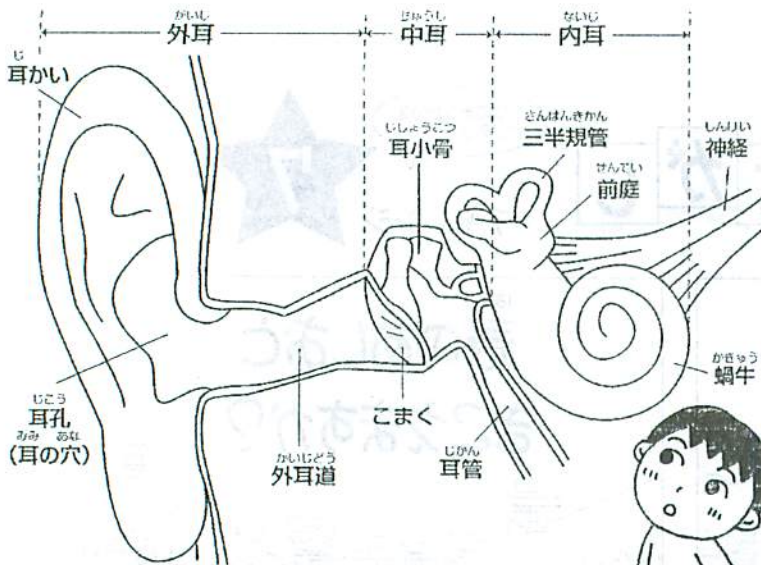


① 音を聞く

わたしたちは耳で音を聞いて、まわりのようすを知ったり、話をしている相手が何を言ったのか確認したりしています。

【音の伝わり方】

- ① 耳かいで音を集めます。
- ② 音は耳の穴から外耳道ととり、こまくがふるえます。
- ③ ②のふるえが耳小骨に伝わり、耳小骨もふるえます。
- ④ ③のふるえが蝸牛の中の「液体」をゆらし、信号に変わります。
- ⑤ 信号が神経を伝わって脳に届くと「音が聞こえた」と感じられます。



② からだのバランスをとる

耳の中にある三半規管と前庭で、からだの「回転」や「かたむき」を感じとります。その信号が脳に伝わると、からだは倒れたりしないように、手や足などいろいろな部分を動かしてバランスをとります。

三半規管で「回転」を感じとります

前庭で「かたむき」を感じとります



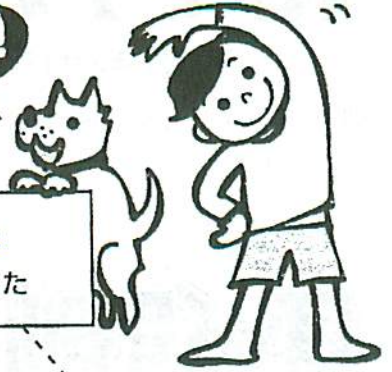
春なのに…お別れですか?



今年1年間の生活はどうでしたか?

はやね・はやおきができた

スタート!



「はい」「いいえ」で答えてふりかえってみましょう

あさごはんを毎日食べた

食べたあとは歯みがきをした

はい
いいえ

げんき 元気いっぱいからだを動かした

まいにち 毎日、うんこが出た

ケガやびょうきをしなかった

健康な1年がおくれましたね!

おいしい! あと少しで健康な1年がおくれました

もう少しがんばれば、健康な1年になりますよ

来年は健康な1年をめざしましょう

まちがいさがし

7つのまちがいをさがそう!

チャレンジ



●屋根の上のソーラーパネル(左側)/トロッコの荷台/民家の前の木(右側) / 池の裏の給水塔/一番右のタンポポの葉っぱ/カエルのモグラ/先生の履