ほけんだより10月

２０２１年１０月４日
小川南中学校
保健室発行

朝晩涼しくなって，過ごしやすい季節になりました。10月からいよいよ通常授業がスタートします。
勉強の秋，読書の秋，スポーツの秋…秋は，何をするにも気持ちのよい季節です。部活や進路，それぞれに目標をもって取り組んでほしいです。
コロナウイルス感染症予防も引き続きよろしくお願いいたします。

10月の保健安全目標

・目を大切にしよう。
・交通安全に努めよう。

10月の保健行事

★ **視力検査**
希望制で実施します。後日希望をとります。

★ **薬物乱用防止教室（1年生）**
学校薬剤師の田原敏和先生が来校し，お話ししてくださいます。

❤目にやさしい　生活をしよう❤

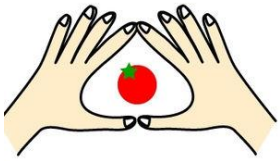
オンライン授業で，タブレットを使用する時間が増えました。家でも，スマホやパソコン，ゲームを使っている人が多いと思います。小さな画面を長時間見ることは，目にとっては大きな負担になっています。大切な目を守るため，日ごろの生活習慣とケアを心がけたいですね。

目に関する雑学コーナー

「きき目」はどっち？

手や足には，人それぞれ左右のどちらかが使いやすいといった“きき手”“きき足”がありますが，実は目にも“きき目”があり，そちらの目が主となって物を見ています。

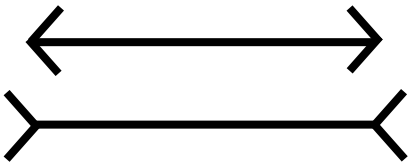
きき目の調べ方・・・・・



①両手の人差し指と親指で輪をつくり，腕をのばす。
②その輪の中に，少し離れたところにある対象物をあわせる。
③片方ずつ交互に目をとじてみる。

対象物が輪の中におさまっている方の目があなたのきき目です。

目の錯覚



２つの横棒の長さは，どちらが長く見えますか？下の方が長く見える人が多いのではないでしょうか。この２つの横棒は同じ長さなのです。

このように，まわりのものに惑わされて，ものの長さや大きさを正しく見分けられなくなることを，目の錯覚と言います。目の錯覚に関する本やウェブサイトをみると，ビックリするような目の錯覚を体験することができますよ。

メガネの雑学クイズ

Q 日本にメガネを伝えたのはだれ？

①マルコ・ポーロ　②フランシスコ・ザビエル　③ペリー

答：②　その頃日本にはまだメガネがなく，偉い人に珍しいお土産として持ってきたそうです。

Q 元祖メガネ男子の一人はだれ？

①徳川家康　②織田信長　③豊臣秀吉

答：①　老眼鏡として愛用していたそうです。

見る力を試そう！

仲間はずれはどこにあるかな？

め め め め め め め め め め め め め め め め め め め
め め め め め め め め め め め め め め め め め め め
め め め め め め め め め め め め め め め め め め め
め め め め め め め め め め め め め め め め め め め
め め め め め め め め め め め ぬ め め め め め め
め め め め め め め め め め め め め め め め め め め
め め め め め め め め め め め め め め め め め め め

ものもらい何て言う？

まぶたが腫れて痛い「ものもらい」。医学用語では「麦粒腫（ばくりゅうしゅ）」と言いますが、地域によっていろいろな呼び方があります。

北海道	近畿地方	東海地方	熊本県
「めっぱ」	「めばちこ」	「めいぼ」	「おひめさん」

ほかにも
めんぼ、めもらい、めぼいた、めぼう など

ものもらいは、まぶたの汗や脂を出す腺に細菌が感染し、赤く腫れる病気です。汚れた手で目をこすらない、洗顔後は清潔なタオルで顔をふくなど、目のまわりをキレイに保って予防しましょう。