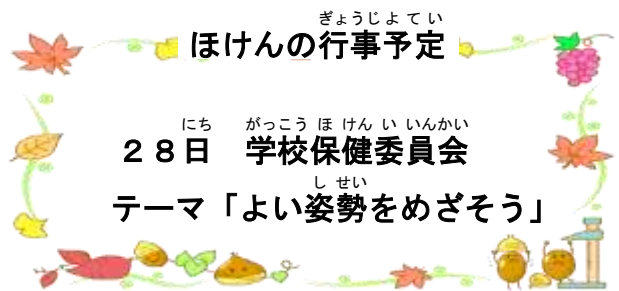


ほげんだより 10月

令和4年10月
入善町立黒東小学校

すっかり、秋らしい天気になってきました。急に寒くなり、体調をくずす人もいます。気温に合わせて服装を整え、食欲の秋・運動の秋・読書の秋…楽しいことがいっぱいのお月見を楽しみましょう。

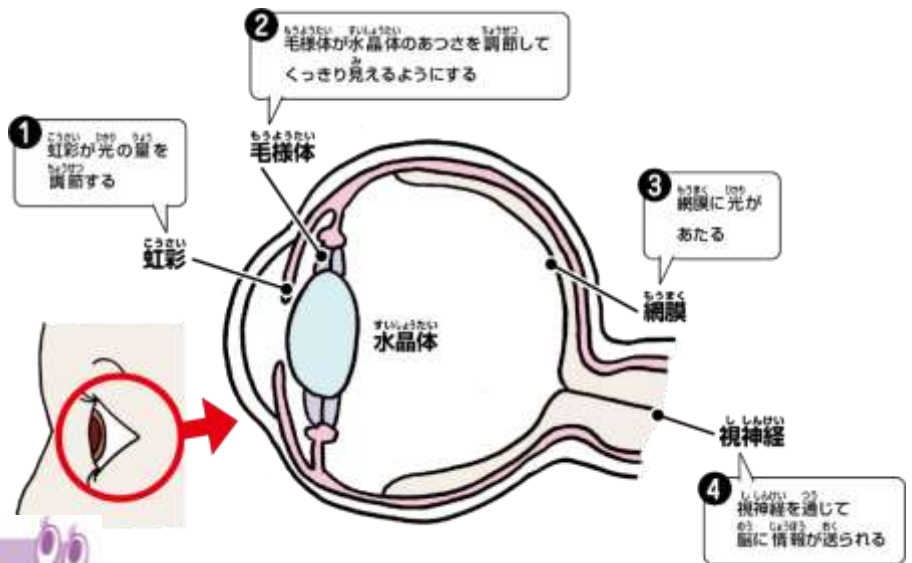


10月10日～14日の愛ご週間

黒東小学校では10月10日～14日まで目の愛ご週間とします。期間中には、少メディア週間を実施します。目によい生活を心がけましょう。

今回は私たちがふだんのようにして、ものを見ているのかや、いきものの目のふしぎについても紹介します。

目が見えるしくみ



どんなしくみ? いきものの「目のふしぎ」

とじない? 魚の目
多くの魚には「まぶた」がありません。つまり、目をつぶることはなく、開けばなし。魚もときどきねむっていますが、目は開けたままです。

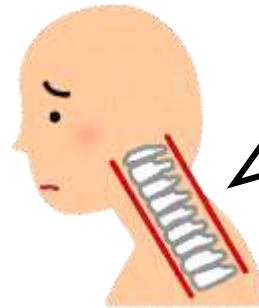


光る! ネコの目
ネコの目が光るひみつは、光を反射する「タペタム」というしくみがそなわっているからです。このしくみのおかげで、ネコは暗いところでも目が見えます。



からだを支える背骨ってどうなってるの？

体重ごとのあたまの だいたいの重さ	
20キロ	2キロ
30キロ	3キロ
40キロ	4キロ
50キロ	5キロ
60キロ	6キロ



・よくない姿勢
 ・長い時間スマホやゲームの画面を見ている
 →首のところがまっすぐになる
ストレートネック

背骨はまっすぐではなく、首のところが重たい頭を支えるためにまがっている！

スマホやゲームを使うときは、よい姿勢や、休けいに気をつけましょう！



★学校保健委員会のご案内

10月28日（金）の6限に、「よい姿勢をめざそう」をテーマに、学校保健委員会を開催します。保健委員会の子供たちが、4～6年生・保護者のみなさまを対象にした姿勢アンケートをもとに、よい姿勢で生活することのよさについての劇を発表します。また、講師として荒井学園新川高等学校の笠原 寿人先生をお招きし、姿勢とからだの健康、よい姿勢を保持するために必要な体幹について、活動を交えてお話ししていただく予定です。参加される保護者の皆様にも、姿勢について改めて考える機会になればと思います。