

ほけんだより10月

平成30年10月1日
さいたま市立つばさ小学校

10月の保健目標『自を大切にしよう』

残暑がようやく落ち着き、少しずつ秋らしい気候になってきましたね。

秋は、読書、スポーツなど、自分の好きなことに打ちこむには最適の季節ですが、朝晩の急な冷えこみで、体調をくずす人も多いです。ぐっすり睡眠、しっかり栄養をとり、体調管理をしていきましょう。つばさっ子にとって、「健康の秋」でありますよ



がっき しんたいけいそくけっか 2学期の身体計測結果

性別	男子		女子	
項目	身長 (cm)	体重 (kg)	身長 (cm)	体重 (kg)
1年生	117.5	21.2	116.5	20.9
2年生	123.3	23.3	122.4	23.2
3年生	129.0	26.7	128.0	26.1
4年生	134.6	30.3	133.4	30.1
5年生	139.3	33.8	141.1	33.4
6年生	145.3	38.1	147.0	38.2

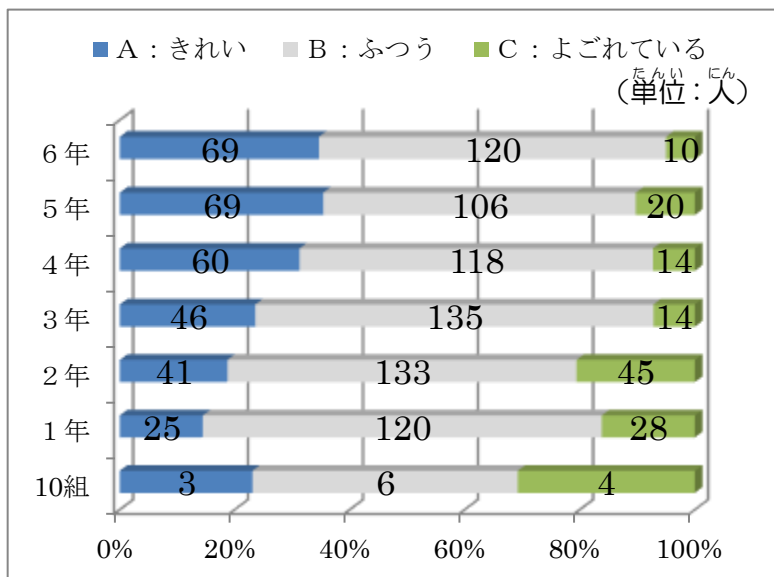
これは平均値ですので、比べることなく、自分自身の成長を見ていきましょう！



は けっか 歯みがきテストの結果

高学年になるほど、「C：よごれている」の人が減ってきています。じょうずにみがける人が増えている証拠ですね！

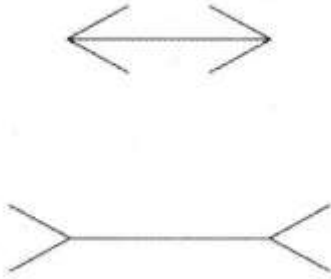
今回のテストの結果をもう一度ふり返り、毎日の歯みがき



し 知っていますか？ 目のふしぎ～錯覚～ さっかく

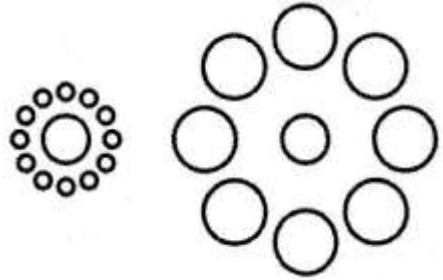
目が見た情報を脳が判断するとき、前に見た記憶や近くにあるものの影響で、実際とは違うように脳が感じとることを錯覚といいます。みんなの目には、どう見えるか

上の線と下の線、どっちが長い？



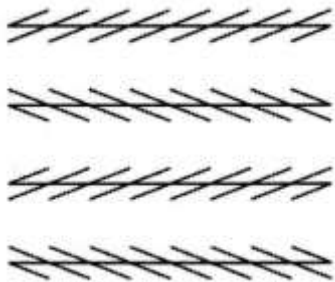
外向きに線がある下の図の方が長く見えましたか？でも、本当は、どちらも同じ長さですよ。

真ん中の丸、どっちが大きい？



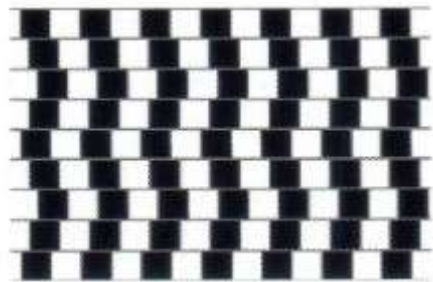
まわりの丸が小さいために、左の方が大きく感じませんか？でも本当はどちらも同じ大きさです。

横線は、ななめ？それともまっすぐ？



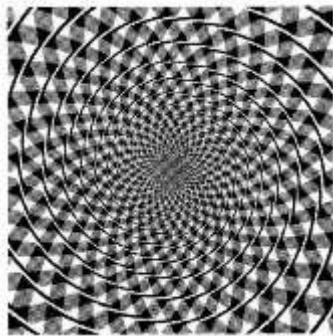
横線は、本当は全部まっすぐ平行です。でも、小さいななめの線がたくさん入っていることで、奥行きができ、ななめにかかっているように見えます。

横線はまっすぐ？ふにゃふにゃ？



この横線は全部平行でまっすぐです。でも、上下互い違いになるように白と黒の正方形をかくと…なぜか横線はまがって見えますね。

うずまき？それとも円？



真ん中に向かってうずをまいているように見えます。でも指でなぞっても、大きさがちがう円が重なっているだけで、中心にはたどりつきません。

小さな点は、白？黒？



たて線と横線の交わる点は、本当は全部白いのですが、なぜだか黒く見えたり、光っているように見えたりしませんか？しかも、黒い点を目で追ってもすぐ消えてしまいます。不思議ですね。