## 保健だより3月号

2017年3月9日発行 松山聖陵高等学校 保健課



ありがとうの語源は「有り難

い」。その由来は仏教の経典だ

という説も。膨大な生命がある

教えだそうです。

中で、人間に生まれてくるのは「有り難い」つ

まり「滅多にない」こと。喜びや楽しみだけで

たからこそ。すべてに感謝しましょう、という

誰かに何かをしてもらって、嬉しくて自然に

言うことば「ありがとう」。「当たり前」と思

なく、悲しみや苦しみさえ、人間に生まれてき

春の雨は、春雨。もともと春小雨と書いたという 説もあるように小さな粒が降る雨です。春の雨は甘 雨とも言います。草花や作物に命を与える優しい雨。 ひと雨ごとにのびのびと成長する草花のように、新 しい学年を迎えるみなさんも、お互いの優しさの中 でぐんぐん育ってほしいです。



# ONE FOR ALL, ALL FOR ONE.

なってきましたね。花粉症じゃな い人たちにもちょっとだけお願い。



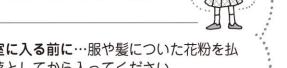
- ◆教室に入る前に…服や髪についた花粉を払 い落としてから入ってください。
- ◆換気をするときは…天気にもよりますが、 間を避けて。

体内に入る花粉の量を減ら せば、花粉症の人は快適に過

ごせますし、そうでない人も将来花粉症になり にくくなるといわれています。

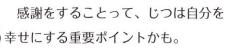
## 3月9日は ありがとうの日 🖁

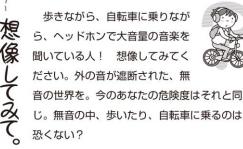
花粉症の人たちはつらい季節に



スギ花粉の量が多くなる時間帯は、一般的 に昼前後と日没後。換気はなるべくこの時

っていたら、「ありがとう」もなく、嬉しい気 持ちもありませんよね。





音で危険を察知することは、とても多いの です。車のクラクションや近づいてくる音、 自転車のベル、踏み切りの警報…。気づかな いと、危険な事故に会うこと も。車側は「聞こえているだ ろう」と思っているので、よ。

のクラクションに気づかず、急に曲がって、 ガッシャン! なんてことがないように。

けいに危険。後ろから来た車

### 耳はどこにあるでしょう?

#### フクロウ



頭の羽毛の下に、耳が左 右でズレた位置にあります。 このズレで音をより立体的 に聞いて、夜でも獲物の位

置がわかるのです。

人間も、耳が2つないとどこから音が聞 こえてくるのかわかりません。両方の耳を 大切に。



頭の中の「内耳」や、

からだの横の「側線」のおかげで、音の伝 わりにくい水中でもよく聞こえています。

人間にも内耳があります。使い過ぎで傷 つくこともあるので、音楽を楽しむときは 音量も時間も程々に。

(参照:日本学校保健研修社「健」2017-3月号)