



令和元年10月3日 駒込小 ほけんしつ No. 12

朝の空気がすこしずつつめたくなってきました。それでも昼は暑  
かったりと、気温差がはげしい秋は、かぜをひきやすいときです。「さ  
むいな」と感じた時にはおれるように、上着を用意してくださいね。

## 10月17日～23日は、薬と健康の週間

具合が悪いとき、病院で薬をもらうことが多いと思います。体  
が楽になったり、病気が治ったりするありがたい薬ですが、使い方  
をまちがえると、ききめがなくなったり、体に毒となってしまうた  
りすることもあります。

### 2人の薬の使い方はだいじょうぶかな？



びよんたくん

錠剤（まるいつぶの薬）をそのままごっくん！と飲  
めないから、かんで飲んだよ。

薬は、体の中で溶ける時間や、きゅうしゅうされる時間を計算し  
て作られています。錠剤をかんで飲んだり、カプセルを開けて中身  
だけ飲んだりするのはやめましょう。



かほおくん

よくきく薬だったので、弟にもあげたよ。

病院で出された薬は、その人の症状や体に合わせてあります。  
他の人にあげるのはやめましょう。



がつ もくひょう  
10月のほけん目標

め たいせつ  
目を大切にしよう



め あいご  
10月10日は目の愛護デー

たのしいテレビは時間を決めて

いただきます 何でも食べよう 残さずに

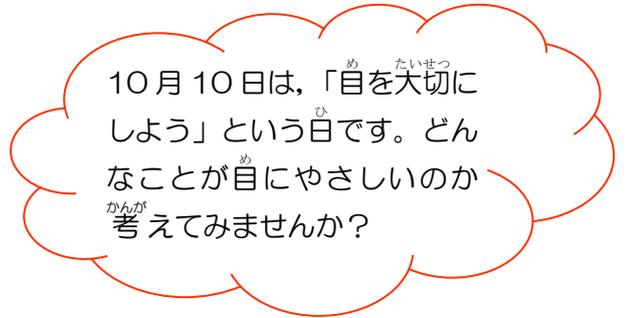
せすじをのぼして しせいよく

つくえで勉強 部屋は明るく

にっこい笑顔は おめめパッチリ 前がみスッキリ

こくばん  
黒板なのに、なぜみどり？

こくばん めいじじだい がいこく つた さいしょ いた  
黒板は、明治時代に外国から伝わったもので、最初は、板にすみや  
うるしをぬった黒い黒板が使われていたようです。黒板が緑になっ  
たのは、いまから50年ほど前のこと。文字が見やすく、目にやさし  
い色として選ばれたそうです。



きぶん か あじ  
気分で変わる なみだの味

かな 悲しいとき、くやしいとき、はら た 腹が立ったとき、うれしいとき・・・目  
からなみだがあふれてくるのはなぜでしょう？気持ちが高ぶると、脳  
が「いつもよりたくさんなみだを作れ！」と指令を出すからです。

なみだのほとんどは、すいぶん 水分ですが、泣いたときには、こ あじ 濃い味になる  
そう。ストレスに関係するものを、なみだといっしょにからだ そと 体の外にだし  
ているからではないかと考えられています。

さて、きょう 今日のあなたのなみだの味は？

