

うらかな春の日差しの中、そよ風が吹き渡る様子を「風光る」と表現します。そんな日はフワフワした気持ちで外に出たくなりますが、まだまだ油断は禁物。3月は寒暖差が大きく、「春風」や「春疾風」と呼ばれる強風が吹き荒れ、急に冷え込むことも。上着を持ち歩いたり、重ね着をしたりして、風邪をひかないようにしてくださいね。

3月3日は耳の日です



耳がふたつある理由

犬、猫、うさぎ、ライオン、キリン、そして人間。思い浮かべてみてください。耳は何個？
みんな二つありますね。どうしてでしょうか。

それは、方向を感じるため。どの動物も、耳は頭の両側に離れてついています。だから、音が発生した方向によって、左右の耳で聞き取る音の大きさは少しずつ違います。その音の差で音の方向を感じているのです。

たとえば、車が後ろから近づいてきているときなどは、耳から入ってくる情報が頼りです。片方だけでも病気やケガで聞こえなくなると、気づくことができなくなること。安全を守るためにも、ふたつの耳を大切に。

動画の中の自分の声、どうして違って聞こえるの？

動画に映る自分が話している声を聞いて、「これが自分の声？」とびっくりしたことはありませんか？実は、周りの人に聞こえているあなたの声は、その「動画の声」のほうなのです。

なぜかという、声の伝わり方には2通りあるためです。



① 空気から伝わる

声が出たときに空気が震え、その振動が鼓膜に伝わって聞こえる。

② 骨から伝わる

声を出す時に声帯が震え、その振動が頭蓋骨を伝わって聞こえる。

周りの人には①の音だけが聞こえますが、自分には①と②の両方が聞こえます。だから、自分だけ違って聞こえるのです。



どっち?

春休みの過ごし方

春のことわざを2つ紹介します。

しゅんみん あかつき おぼ
春眠 暁を覚えず

春の眠りは心地良く、夜明けが来たことにも気づかずに寝過ごしてしまう。



はる う あきみの
春植えざれば 秋実らず

春に種を植えなければ秋に収穫できないように、努力をしなければ、良い結果は生まれない。



これから春休みが始まりますが、どちらの過ごし方がいいと思いますか？

たくさん時間がある分、先のことを考えて準備できる機会です。夜ふかししたり、ゴロゴロして過ごしたりするのはなく、生活リズムを整えて、楽しく有意義な春休みにしましょう。

かたづ づ
片付けて

新年度をすっきり◆迎えよう

みなさんの机の上や部屋は整理できていますか。新年度が始まる



と、新しい教科書などの物が増えて、ごちゃごちゃしがちです。そうなる前に片付けをして身も心もすっきりしましょう。

1 片付ける範囲を決めてから始める

すべてを整理しようとする、何かから始めればいいのかわからなくなります。最初に場所を決めましょう。

2 使う場所の近くに片付ける

物が使う場所の近くにあると、出し入れが楽になります。使う場所から手の届く位置に収納しましょう。

3 自分の好きな空間を作る

好きな物を飾る場所があると、その場所をきれいに保ちたくなり、そこを中心に片付けるきっかけになります。



かたづ づ
片付けの3つのコツ

お酒は18歳から?

20歳から?

ねん がつ
2022年4月から

せいじんねんれい さい
成人年齢が18歳に引き下げられ、み



なさんが「大人」の仲間入りをする時期が早くなりました。

でも、お酒はこれまで通り、20歳になるまで法律で禁止されています。10

だい せいちょうとちゆう からだ おお あく
代の成長途中の体には、より大きな悪影響を及ぼす危険があるためです。

たとえば...

■脳の機能低下で集中力や記憶力が落ちる

■性ホルモンの分泌に異常が起り、

ED(勃起障害)や生理不順などにつながる

■体がアルコールに慣れていないため、

急性アルコール中毒になりやすい

■アルコール依存症になる確率が高くなる

そつぎょう からだ おとな
卒業しても、体はまだ「大人」ではないことを忘れないでください。

