

すこやか駒女 だより

その4



目が疲れない程度に
ちょっとした
息抜きになったらいいな…
そんな思いのお便りです。

保健クイズ



Q1 骨が疲れると骨折してしまうか？

- ① 骨折する
- ② 骨折しない



Q2 お腹いっぱいでも、ケーキをみると食べたくなるのはなぜ？

- ① 主食とお菓子類は消化のされ方が違う
- ② ケーキならまだ食べることができると思うから
- ③ ケーキはおいしい、という記憶が脳を刺激するから



Q3 鼻はにおいをかぎとる器官ですが、においに敏感になるのはどっち？

- ① 強いにおいをかぎつけたとき
- ② においの少ない場所で過ごしたとき

Q1 解説：足などをつかひすぎると骨折します。それを疲労骨折といいます。ある部分に毎日、負担がかかると、その部分の骨がはがれたり、ひびが入ったりします。また、マラソン選手が骨折する原因は、練習で走りすぎによる疲労骨折だったりします。

Q2 解説：「甘い物は、別腹」とよくいいます。理由は、「食べたい」「食べたくない」といった思いは胃が判断しているわけではなく、脳がコントロールしているからです。

Q3 解説：1年のほとんどを雪と氷に囲まれて暮らす人々は、とてもにおいに敏感になるといわれています。逆に強いにおいをかぎ続けると鼻が「バカになった」といい、においを感じなくなります。嗅覚は疲労しやすいため、同じにおいをかぎ続けるとそのにおいだけ感じにくくなってしまいます。

【こたえ】Q1① Q2③ Q3②

まちがいはがし

下のイラスト。右と左で違うところが全部で7か所あります。全部見つけてみてね。

答えは、右下にあります。

出典：東山書房「健康教室」2021年1月号



⑥ 右側の男子のマスクの星の大きさ ⑦ 左奥の男子のヘア---

答え：①校舎の時計の位置 ②校舎左側の木 ③右側の女子の髪型 ④中央奥の女子の足 ⑤左側女子の手さげバックの様

