

ほけんだより 9月

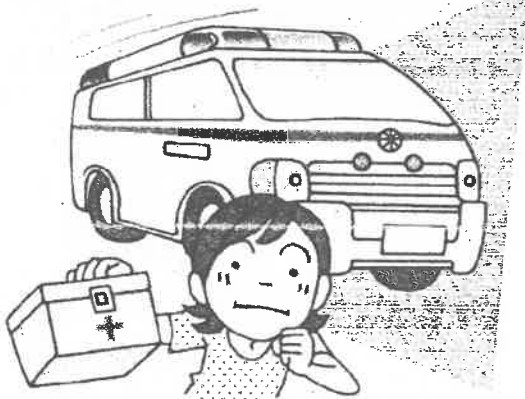
桶川西中学校
保健室
2021/09/06

コロナウイルス感染症予防のためにワクチン接種が進んでいます。2回目の接種が済んだ人も増えてきました。けれどもウイルスは変化し続けているようで、接種後に罹患した例も出ています。

これからも、手洗い・換気・マスクの着用などの感染症予防の基本は守っていきましょう。

2年生対象（希望者のみ）の
貧血検査があります！
9月14日 13:20～
（予備日は9月29日 14:00～14:30
会場は桶川東公民館です）

9月9日は救急の日



勇者「アキレス」のおはなし



ギリシャ神話に登場する英雄アキレス。アキレスのお母さんは、彼が生まれてすぐの頃「不死身の体にしてあげたい！」と冥界（死後の世界）の川にアキレスの体を浸しました。でもそのとき、お母さんがつかんでいたかかとだけが川に浸からず、アキレスの唯一の弱点になってしまいました。

痛みを飛ばす
“おまじない”
ケガをしたとき、日本では「痛い痛い飛んでいけ」と、おまじないを唱えますよね。外国では…

英語

Pain, pain go away.
— 痛い痛いどこかへ行け

スペイン語

Sana, sana colita de rana,
sino sana hoy, sanará mañana.
— 治れ治れカエルのお尻。
今日治らないなら明日治れ

韓国語

엄마 손은 약손.
— お母さんの手
は薬の手

フランス語

Bisou magique !
— 魔法のキス

このおまじないと一緒に痛いところをさするのがポイント。痛みの情報が脳に伝わるのを抑えたり、優しく触れてもらうことで「幸せホルモン」が出るなど、実はちゃんとした効果があるのです。ケガをしたとき、試してみてくださいね。



その後、アキレスはとても強い戦士になりますが、最後はかかとを弓矢で射抜かれ死んでしまったのです。

—さて、不死身ではない私たち人間にとっても、かかとの上のアキレス腱はとても大切。柔らかくほぐしておくことで、足のケガを防げます。運動前には、しっかり伸ばしておきましょうね。

