

ホメオスタシス

ダンベルが憎い



今週もお疲れ様でした。今週からまた4時間授業が始まったので、1日が長く感じると思っていた人も多かったですね。また、本格的に寒くなってきたこともあり体調を崩す生徒も増えて来ました。1年生の中には初めて北海道の冬を過ごす生徒もいると思います。これからもっと寒くなるので防寒対策はしっかりして下さい。雪が降るとスキーも本格的に始まり体力的にもきつくなってくると思いますが夏の間に真面目にトレーニングに取り組んだ皆さんならきっと大丈夫でしょう。先生も今までは自重トレーニングばかりやっていたのですが、最近小野先生がゴールドジムに通い始めたと聞いて負けてはいられない！と思いダンベル中心のトレーニングに切り替えたところ、速効首を痛めました。慣れない事はしない方が良くと学んだ27才、冬。首の激痛で夜も眠れなかったもので、すぐる気持ちでラッ○ル速用錠を飲んだところ、名前の通りすぐ痛みが取れて医学の進歩に感激しました。ありがとうアセチルサリチル酸。ちなみに湿布はサリチル酸メチルですのでテストで間違えないように！（でないけど）

心の健康教室の様子



テストまであと1週間！ファイト！

お知らせ

24~26日 2学期期末考査

- ・24日は保健のみ（4h）
- ・25, 26日は9時15分まで
高校集合

来週の時間割

	月	火	水	木	金
1	家庭	勤労感謝の日	家庭	現社	保健
2	科学		音I	国総	現社
3	英基		数I	数I	英基
4	現社		保健	科学	家庭

今週の生物クイズ

次の中で本当にある木はどれでしょう？



- ①ハンカチの木
- ②ティッシュの木
- ③タオルの木



答えが気になる人は米内山先生まで