



かぜのばい菌、やっつけよう！



ひまわり組とゆり組で、かぜの予防について保健指導を行いました。

R7年12月16日（火）

1. かぜをひくと、どうなるかな？



熱が出た。咳も出た。
気持ち悪くなった。

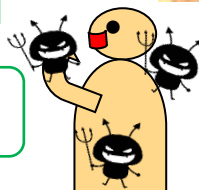
嫌な気持ち。つらかった…。



2. どうしてかぜをひいてしまうのかな？



ばい菌が、体の中に入ったから！



そうだね。手や空気中にいるばい菌が体の中に入って、かぜをひいてしまうんだね。



3. 「かぜにまけない！げんき5レンジャー」と一緒に、かぜのばい菌をやっつけよう！

うがいをして、
喉についたばい菌
を洗い流そう！

手洗いをしっかり
して、手についた
ばい菌を洗い流そう！

好き嫌いせずなん
でも食べて、かぜに
負けない元気な体
を作ろう！



夜遅くまで起きていると、次の日の朝は眠くて元気に過ごすことができないよ。早寝早起きをして元気な体を作ろう。

体をいっぱい動かして、丈夫な体を作ろう。



みんなの体には、もともとばい菌をやっつける力（免疫力）があるよ。

規則正しい生活を行うことで元気な体を作り、ばい菌をやっつける力をアップしよう！！