

# ほけんだより 2月

2019.2.18



もうしょう毛小でも**インフルエンザ**が、はやっています。少しずつかかる人の数がへってきてはいますが、まだまだゆだんはできません。

「**早ね・早起き・朝ごはん**」の生活リズムで、病気に**対するバリア**をつよめておくことがポイントです。「**手あらい・うがい・マスク・水分ほきゅう**」などの**よぼう**とあわせて、しっかりつづけていきましょう！

「かぜやインフルエンザよぼう」にも、こうかバツグン！

## こころの中のなまけ鬼を追い出そう！

みんなのこころの中にある悪～いなまけ鬼。どの豆を投げて退治すればいいかな？ 線をたどってみよう。



ねむいねむい鬼

朝、家を出るギリギリまで寝ているんだって。

パッチリ豆

たまにはゲーム・スマホをしないで過ごして目に休息を！



授業中ぼんやり鬼

どうやら朝ごはんを食べていないみたい。

パクパク豆

スキライせず何でも食べて健康な体をつくる！



だらだら鬼

家の中でゴロゴロしながら本を読んだり、テレビを見たり…。

のびのび豆

外で遊んでじょうぶな体をつくる！



野菜キライ鬼

好きなものを好きなだけ食べているよ。

グーグー スッキリ豆

朝すっきり起きるには、早めに寝ることから！



やめられない鬼

ゲームやスマホが大好きで、気づいたら何時間も…。

もぐもぐ豆

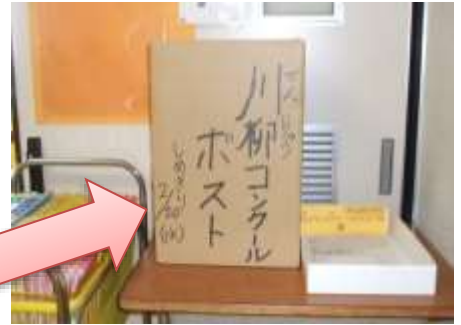
朝ごはんは脳のエネルギーチャージ！

## 「手洗い・うがい」川柳コンクール、かいさい中！

けんこう委員会（けんこう いいんかい）で「手洗い・うがい」についての川柳（せんりゅう）をほしゅうしています。おうぼ用紙（ようし）はクラスに配（くば）ってありますが、なく

した人は、ほけんしつ前（まえ）にあるものをつかってください。

提出（ていしゅつ）は、ほけんしつ前（まえ）のポストまで。ステキな作品（さくひん）は、学年（がくねん）ごとに発表（はっぴょう）します。だれでも、どんなものでもOKです！



## 「ことばの力」って知っていますか？！

あなたがつかっていることば。どれが多いかチェックしてみよう！

<p>ひやかしたり</p> <input type="checkbox"/>	<p>からかったり</p> <input type="checkbox"/>	<p>悪口や 陰口を言ったり</p> <input type="checkbox"/>	<p>おどしたり</p> <input type="checkbox"/>
<p>ほめたり</p> <input type="checkbox"/>	<p>元気づけたり</p> <input type="checkbox"/>	<p>感謝したり</p> <input type="checkbox"/>	<p>心配したり</p> <input type="checkbox"/>



「ことば」にはたくさんのちからがあります。たったひとつのことばで、だれかをげんきにすることも、げんきをなくしてしまうこともできます。一人一人を大切にすることも、言われてうれしい「ふわふわことば」をみんなでたくさんつかっていきましょう！