

ほけんだより



やしろにししょうがっこう
社西小学校 ほけんしつ 令和5年2月号

1月下旬よりインフルエンザにかかる人がふえてきました。寒い

時期には、ウイルスの活動が活発になるため、インフルエンザやノ

ロウイルスなどの感染症予防が特に大切です。マスク、手洗い、

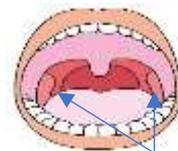
うがいをして、ウイルスをからだのなかに入れないように気をつけま
しょう。

からだをまもるしくみ



もし、インフルエンザウイルスがわたしたちのからだに入ってきたとき、からだはどのようにはたらくのでしょうか。

まず、みなさんののどには、へんとうという場所が



へんとう

あります。ここでウイルスをやっつけ、ウイルスがからだの奥に入

らないようにします。しかし、次から次へとウイルスがたくさん入

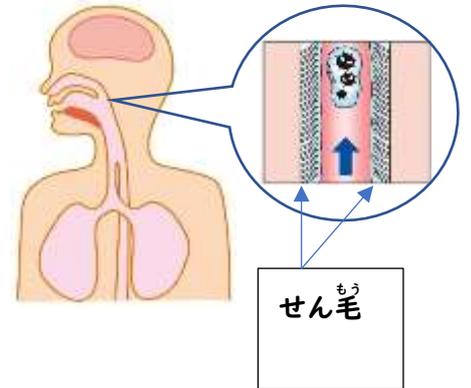
ってくると、へんとうは傷ついて動けなくなります。そして、まっ

赤になり痛みや熱が出ます。また、へんとうの他にもからだを守る

場所があります。みなさんの空気の通り道の鼻やのど、気管のかべ

にはせん毛という毛が生えています。その毛は、大玉送りをする人

て
手のように動いて、壁^{かべ}についたウイルスをのどから、たんとして
そと おだ
外に追い出すようにはたります。しかし、か
らだが冷えている、つかれがたまっているとき
は、このせん毛^{もう}のはたらきは弱^{よわ}くなり、感染症^{かんせんしょう}
にかかりやすくなります。



ともだちどうしのマナーをかんがえよう！

みなさんは、ルールとマナーのちがいをし
知っていますか。ルール
とは、「まも
守らなければならない行動^{こうどう}」です。また、マナーは、「自分^{じぶん}
とみんなのために、きもちよくすごすためのおも
思いやりのきもちと
こうどう
行動」です。みなさんは、がっこう
学校やクラスのともだち
友達ときもちよくすごせ
ていますか。では、おも
思いやりとはどんなことをいうのでしょうか。
した
下にせんせい
先生がかんが
考えたおも
思いやりをのせます。みなさんのおも
思いやりとは
どんなことでしょうか。

はなし
話をするときには、あいてのかお
顔を見てもはなし。

かな
悲しんでいるひと
人や、こまっているひと
人がいたら
こえ
声をかける。

わる
悪いことをしたときには、きちんとあやまる。

