## @W@W &< &<

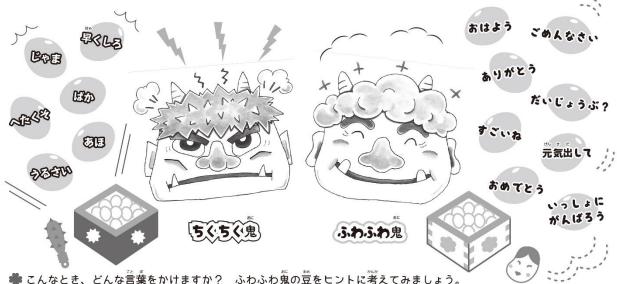
R 2.2.3 吉田小 ほけんしつ

**◇ほけん目標◇** 

こころ けんこう かんが の健康について 考えよう

こんなとき何と言う?

ひとを完気にする言葉と、 いやな気持ちにさせる言葉があります。





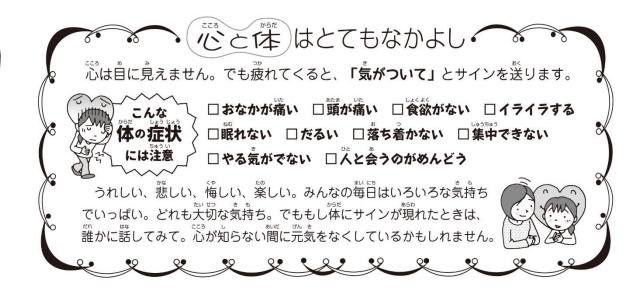
●ケース1





みなさんは、警段お装達にどんな言葉をかけていますか?荷気なく言ったご言で、相手が「うれしい気持ち」になったり「かなしい気持ち」になったりすることがあります。「首分が言われたらどんな気持ちになるかな?」と、相手の立場になってぎえてみることが大切です。音笛がに"ふわふわ言葉"がたくさんあふれると違しいですね。

先月は、暮のような。暖かい陽気の自もあれば、積雪が予想されるような寒さの厳しい自もありました。2月4日は「立著」といって、暦の上ではこの自から春が始まります。しかし、これからまだまだ寒い自が梦く、体調をくずさないよう治断は禁物です。2月に入ってもインフルエンザの流行が心配されたり、世間では新型コロナウイルスによる
態染症が話題になったりしています。どんな感染症においても、まずは基本的な健康管理が大切です。手洗い・うがい、せきエチケット、きそく症しい生活習慣など、もう一度盲分の健康行動を振り返り、見直していきましょう。





くしゃみ、せき、会話などで空気やに広がった「ひまつ(病原体を含む粒子)」が体内に入ってうつる『ひまつ談楽』や、病原体に汚染された手指やドアノブなどを触ってうつる『接触感染』によってかかる一般染症には、手洗いがとても有効です。感染症が流行する。季節は特に気をつけて、手洗いをしっかり行いましょう。

~**毎月11日**は **家族と 友達と** スマートフォンについて譜し合う台です~

帰ったときは手洗いを。

これでいいかな?スマホとのかかわり芳。家族で語そう、笈鑵と\*\*考えよう。 ※スマホを使うことがない人は、パソコンやゲームとのかかわり芳について\*\*考えてみよう。