



きびしい寒さの中、春の気配もかすかに感じられるようになってきました。春になると、花粉の気配を感じる人もいます。今月は、花粉症の情報をお知らせします。



2月の保健安全目標  
 ○かぜや感染症を予防しよう  
 ○おちついた生活を心がけよう

令和6年2月7日 東成井小学校



# 花粉症 3本勝負!

クイズに正解して花粉症たちに勝利しよう!

## ① ひっつきむし 花粉

「つかない」のはどっち?

ぼうし & 綿素材の服



サンバイザー & ウール素材の服

こたえ ぼうし & 綿素材の服

花粉が顔や髪につかないように、つばの広いぼうしをかぶろう。ウール素材のセーターなどは花粉が付きやすいから、綿などのスベスベした素材の服がオススメだよ。

## ② 入りたがり 花粉

「入れない」のはどっち?

マスク & メガネ



おしゃぶり & アイマスク

こたえ マスク & メガネ

花粉は鼻・口・目から入ってくるから、マスクとメガネで防御しよう。マスクはあまり隙間ができないようにつけてね。アイマスクは周りが見えないから危ないよ…。

## ③ しがみつき 花粉

「落とす」のはどっち?

顔を洗う & うがいをする



足を洗う & 大声を出す

こたえ 顔を洗う & うがいをする

家に帰ったら、顔を洗って花粉を落とそう。目や鼻の周りもていねいに。のどに入った花粉はうがいで洗い流せるよ。足も洗っていいけど、靴をはいていたら花粉はつかないよ。

花粉症たちには勝てましたか? 花粉症シーズンはしっかり対策してくださいね。

# ありがとうは魔法のことば

授業でわからなかったところを友だちが教えてくれた



授業の発表前で緊張しているとき、友だちが明るく背中を押してくれた



落ち込んでいるとき、友だちが話を聞いてくれた



友だちにやさしくしてもらったら、「ありがとう」の魔法をかけましょう。魔法にかかった人も、あなたも、きっと幸せな気持ちになれます。