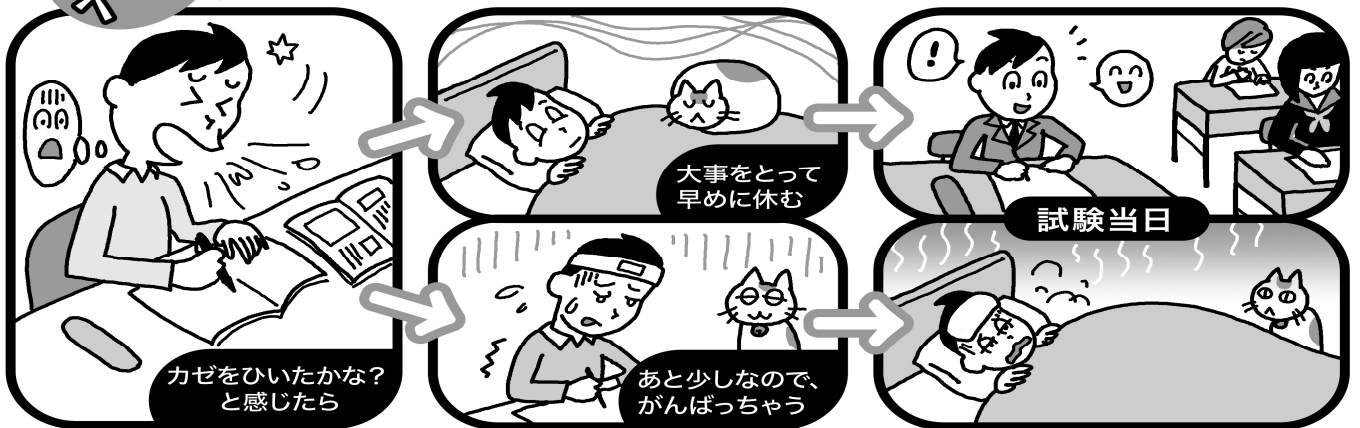


こんなマスクのつけ方 していませんか？



「病は気から」というけれど...

受験生のみなさんへ
あなたはどちらを選びますか？



7つのまちがいをさがそう！



ほけんだより



旭中学校保健室

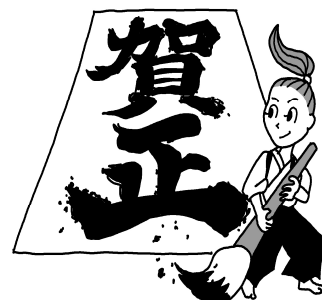
1月

文責 三浦

あけましておめでとうございます

新しい年がやってきました。1月はお正月で町が華やぐ一方、インフルエンザの流行が本格化するなど、健康に注意したい時期です。

1月5日を「小寒」、20日を「大寒」というように、暦の上でも本格的に「寒」に入ります。お正月気分を引き締めて、よい1年のスタートを切りましょう。



- ✓ ①～⑨の日本語と同じ意味の英語を線で結ぼう。
- ✓ 英語のカードの□に書かれたアルファベットを順番に読むと…?

①「頭が痛い」

②「歯が痛い」

③「熱がある」

④「せきが出る」

⑤「鼻水が出る」

⑥「のどが痛い」

⑦「腕を骨折した」

⑧「手をやけどした」

⑨「指先を切った」

例

L

I have a fever.

I

I broke my arm.

W

I have a headache.

B

I have a runny nose.

N

I burned my hand.

E

I have a sore throat.

L

I have a cough.

G

I cut my finger.

E

I have a toothache.

見えてくる言葉は？

① □ ② □ ③ □ ④ □ - ⑤ □ ⑥ □ ⑦ □ ⑧ □ ⑨ □

ヒント

「幸福」や「健康」という意味があります。

今年を幸福な一年にするためには、やっぱり健康がキホン。ほけんだよりでも健康を保つための情報をたくさん発信していきます。よろしくお願いします！

9-6/N-8/1-4/3-9/8-9/1-7/1-8/3-2/M-1: 冬景

お茶でかぜ・インフルエンザを予防しよう！！



お茶にはカテキンという殺菌作用のある成分が含まれており、温かいお茶でうがいをすることでかぜやインフルエンザの予防になります。またかぜでのどが炎症を起こしてしまったときも、患部の消毒になり治す効果が期待できるそうです。うがい上手にできない場合は飲んでしまっても同じ効果が期待できます。今年の冬は、お茶でかぜ・インフルエンザを予防しましょう。

