

# のびのび

長久手小学校  
保健室  
令和6年2月



## せつ 石けんの手洗いと換気！

しんがつき はい 新学期に入って、インフルエンザやコロ  
いちよう かんせんしやう ナ、胃腸かぜなど、いろいろな感染症が  
は や 流行っています。どの病気を予防するにも、  
とく せつ てあら かんき たいせつ いしき 特に石けんの手洗いと換気が大切！意識し  
てやるようにしてくださいね。



かつ ほけんもくひやう  
**2月の保健目標**  
びやうき よぼう  
**うつる病気を予防しよう！**



わら かど ふくきた  
**「笑う門には福来る」**

わら ころか  
**～笑いがもたらす、すてきな効果～**

びやうき たた さい  
病気と戦うナチュラルキラー（NK）細胞

はた わら かっぱつ びやうき  
の働きが笑うことで活発になり、病気にかかり  
にくくなったり、病気が改善したりするといわ  
れています。

けつえき なが  
ほかに、血液の流れがよくなる、ストレス

かいしやう しあわ きも  
解消となる、幸せな気持ちになれるなど、

わら  
笑うと、いいことがたくさんあります！！

えがお みほん あか  
**笑顔の見本は、赤ちゃん！**

あか たの め ぐち  
赤ちゃんは、楽しいから目と口で  
しっかり笑っています。

そんなすてきな

えがお  
笑顔をまねして

みましよう！！



## わら ひろ 笑いを広げる「ミラーニューロン」

「ミラーニューロン」は、まわりのひとの行動を“かがみ”のように

しんけいさい  
まねをする神経細胞です。

えがお ひと えがお  
すてきな笑顔の人がいると、笑顔がひろがり、

まわりのひとげんき  
周りの人も元気になります。



参考：小学保健ニュース、笑いがもたらす素敵な効果

～ おうちの方へ～

## 情報モラル講座を行いました！

1月25日（木）に、愛知警察署から講師の方をお招きし、5・6年生を対象に情報モラル講座を行いました。SNSやオンラインゲームなどのインターネットとの付き合い方について、実例を挙げながら講演していただきました。特に強調されていたのは、自分の情報を教えないこと、インターネット上で知り合った人と会わないことの2つです。インターネット上で知り合った人に自分の写真を送ってしまったり、会いに行って誘拐されそうになったりという事件が、実際に発生しているとお話がありました。自分だけで判断せず、必ず親や信頼できる大人に相談してほしいとのことでした。



今後、自分専用のスマートフォンを持つだろう子どもたちに、便利さもある反面、危険なこともあるということを知ってもらうために、今回の講座を行いました。この機会に、ご家庭でもインターネットとの付き合い方を考えてみてはいかがでしょうか。



## まちがいさがし⑦

7つのまちがいをさがそう！



犬の目／犬のしっぽ／男の子の洋服のポケット／男の子の髪の毛のハネ／猫の口／鉢の柄／女の子の口