

保健通信

第14号

風邪予防について

目標

・風邪をひくしくみを知り、自分の身を守るための予防が自らできる意識を養う。

ねらい

- ・なぜかぜをひくのか、かぜがうつること、手洗いの大切さを再確認する。
- ・風邪に負けない体力づくりについて知る。



フンだよ

反対側もフンだよ

きれいに見えるけど…手にはばい菌ついているんだね



ばい菌はのどや鼻、口をねらってる



どれどれ…ばい菌はどこだ



風邪ってどんなこと?



風邪ひかないように…手洗い!



手洗いの順番～任せて!

ラップのリズムに合わせて鼻かみ練習! クラスに貼ってあります

はなかみラップ

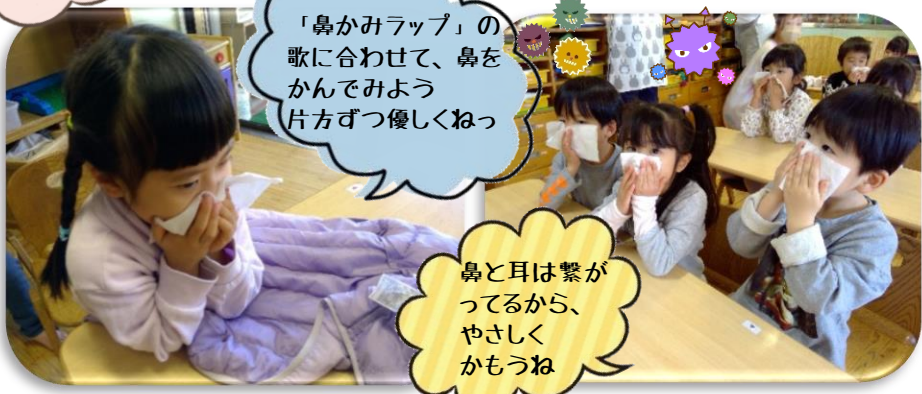
ラップのリズムに合わせて楽しく鼻かみ練習しよう!

OOちゃん(くん)はなをかむ
ティッシュをひいて
おくちまじめて
おはなを かたほう ふさいだら
1・2の3で シューン

鼻強くかみ過ぎないでね!



鼻水をすすってしまうと、ばい菌が耳に行ってしまうんだね



「鼻かみラップ」の歌に合わせて、鼻をかんでみよう 片方ずつ優しくねっ

鼻と耳は繋がってるから、やさしくかもうね

風邪をひく仕組みと予防法について楽しくクイズを交え、学びました。「風邪ってどんなこと?」との問いに「咳〜」「鼻水〜」「ねっ〜」など、元気に答えてくれたぱんだ組さん。人体パネルを見ながらばい菌がからだに入っていく仕組み、咳や鼻水の役割を学び、ばい菌がからだに入らないようにするにはどうしたらよいか考えました。仕上げに手洗い法、鼻かみ法の再確認をしました。手洗いの歌は完璧!ラップのリズムに合わせて「鼻かみラップ」を歌い大盛り上がりでした!寒暖差が激しく体調管理が難しいですが、元気に春を迎えましょうね。 看護師より